محاسبة النفس

إعـــــداد

دكتور / حسين شحاتة

الأستاذ بجامعة الأزهر

الخبير الاستشارى فى المعاملات الشرعية

الطبعة الثانية مزيدة و منقحة

1425هـ /2004م

بسم الله الرحمن الرحيم

التعريف بالمؤلف

دكتور حسين حسين شحاتة

- دكتوراه الفلسفة فى المحاسبة الإدارية من إنجلترا .
- أستاذ المحاسبة والمراجعة بكلية التجارة جامعة الأزهر، ورئيس قسم المحاسبة الأسبق .
- يُدَرِّسْ علوم الفكر المحاسبى الإسلامى، ومحاسبة الزكاة بالجامعات العربية والإسلامية .
- محاسب قانونى، وخبير فى المحاسبة والمراجعة والزكاة.
- مستشار و مدقق مالى و شرعى للمؤسسات المالية والإسلامية .
- مستشار لمؤسسات وصناديق الزكاة فى العالم الإسلامى.
- مستشار لهيئة المحاسبة والمراجعة الإسلامية بالبحرين.
- عضو الهيئة الشرعية العالمية للزكاة – الكويت.
- عضو جمعية الاقتصاد الإسلامى – مصر.
- عضو المجلس الأعلى لنقابة التجاريين ـ مصر .
- الأمين العام لشعبة المحاسبين والمراجعين المزاولين ـ مصر .
- شارك فى العديد من المؤتمرات والندوات العالمية فى مجال المحاسبة والفكر الاقتصادى الإسلامى، والزكاة، والمصارف الإسلامية ، وشركات الاستثمار الإسلامى ، والوقف .
- له العديد من المؤلفات فى مجال الفكر المحاسبى الإسلامى، والفكر الاقتصادى الإسلامى، والفكر الإسلامى ، وموسوعة فقه ومحاسبة الزكاة .
- تُرجمت مجموعة من كتبه إلى اللغة الإنجليزية والفرنسية والإندونيسية والماليزية.

* للاتصال بالمؤلف : ت : 2872819 ـ 4041171 ف : 2632633 ـ 02/2879657

تليفون محمول : 010/1504255

E-mail : shehata_hhh@islamonline.net

بطاقة التعريف بالكتاب

❁ اسم الكتاب : محاسبة النفس .

❁ اسم المؤلف : دكتور / حسين حسين شحاتة .

الأستاذ بجامعة الأزهر .

❁ تاريخ الإصدار : المحرم1425هـ / مارس 2004م .

❁ اسم الناشر : المؤلف .

❁ التوزيع : المؤلف ت 010/1504255 ـ ت 2609028 / 02

ف 2632633 /02 ـ ف 4053073 /02

و المكتبات الإسلامية الكبرى .

❁ الإيداع القانونى : 14225/ 98 .

❁ الترقيم الدولى : I . S . B . N 977 - 278 - 083 - 6

الإهـــــــداء

❁ - إلى رجـال الدعـوة الإسـلامية الـذين لـبوا الـنداء ، وأجابـوا الـدعاء ، وحملـوا اللـواء للدعـوة الإسلامية الصحيحة بالحكمة والموعظة الحسنة .

❁ - إلى الـذين يريدون محاسبة أنفسهم في الدنيا قبل أن يُحَاسَبُوا فـى الآخـرة ، لـيلقوا الله عـز وجـل بـنفوس مطمئنة راضية .

❁ - إلى أسـرتى : زوجتـــى ، وأولادى ، وأزواج بناتـــى ، وأحفادى ، داعـيا الله أن يطهرهم ويـزكيهم ويثبـتهم علي طريق الإسلام الصحيح .

أهدي ثواب هذا الجهد داعيا الله سبحانه وتعالي أن يتقبل من الجميع صالح الأعمال

دكتور / حسين شحاتة
الأستاذ بجامعة الأزهر

دعاء و شكر

أنتهز هذه المناسبة بأن أدعو الله أن يجزى خيراً . عنى و عن المسلمين . كل من عاون فى إعداد و مراجعة هذا الكتاب ، و أخص بالذكر صهرى الأخ الدكتور طارق محمود الغندور الأستاذ بجامعة عين شمس ، و ابنى الدكتور محمد حسين شحاتة الطالب بجامعة الأزهر .

و أسأل الله العظيم رب العرش الكريم أن يكون هذا العمل صالحاً و لوجهه خالصاً ليس فيه أى شئ لهوى النفس مستشعراً قوله عز و جل : ﴿ قُلْ إِنَّ صَلاتِي وَنُسُكِي وَمَحْيَايَ وَمَمَاتِي لِلَّهِ رَبِّ الْعَالَمِينَ ﴾ [الأنعام : ١٦٢] ، ربنا لا علم لنا إلا ما علمتنا إنك أنت العليم الحكيم ، اللهم علمنا ما ينفعنا و انفعنا بما علمتنا ، اللهم زدنا علماً و صلى اللهم على سيدنا محمد و على آله و صحبه أجمعين .

و الحمد لله الذى بنعمته تتبدأ الصالحات

القاهرة فى المحرم ١٤٢٥ هـ / فبراير ٢٠٠٤ م

الدكتور/حسين حسين شحاتة
الأستاذ بجامعة الأزهر

❖ بسم الله الرحمن الرحيم ❖

آيات قرآنية وأحاديث نبوية وأقوال للعلماء عن مراقبة النفس ومحاسبتها

قال الله ـ تعالى ـ:

﴿يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا اتَّقُوا اللَّهَ وَلْتَنظُرْ نَفْسٌ مَّا قَدَّمَتْ لِغَدٍ وَاتَّقُوا اللَّهَ إِنَّ اللَّهَ خَبِيرٌ بِمَا تَعْمَلُونَ﴾ [الحشر : 18]

﴿بَلِ الإِنسَانُ عَلَىٰ نَفْسِهِ بَصِيرَةٌ﴾ [القيامة : 14]

قال رسول الله ـ ﷺ ـ :

عندما سئل رسول ـ ﷺ ـ عن الإحسان ؟ قال : «**أن تعبد الله كأنك تراه، فإن لم تكن تراه فإنه يراك . . .**» (رواه مسلم)

« الكيس من دان نفسه ، وعمل لما بعد الموت ، والعاجز من أتبع نفسه هواها وتمنى على الله ـ عز وجل ـ الأمانى » (رواه أحمد والترمذى)

قال عمر بن الخطاب ـ رضى الله عنه ـ : ـ

« حاسبوا أنفسكم قبل أن تحاسبوا ، وزنوا أعمالكم قبل أن توزن عليكم وتهيئوا للعرض الأكبر ، يومئذ تعرضون لا تخفى منكم خافية » .

(أخرجه الإمام أحمد فى الزهد) .

*** يقول الإمام أبو حامد الغزالي :**

.... فعرف أرباب البصائر من جملة العباد ، أن الله تعالى لهم بالمرصاد، وأنهم سيناقشون فى الحساب ، ويطالبون بمثاقيل الذر من الخطرات واللحظات ، وتحققوا أنهم لا ينجيهم من هذه الأخطار إلا لزوم المحاسبة وصدق المراقبة ،ومطالبة النفس فى الأنفاس والحركات ومحاسبتها فى الخطرات واللحظات ، فمن حاسب نفسه قبل أن يحاسب خف فى القيامة حسابه ، وحضر عند السؤال جوابه ، وحسن منقلبه ومآبه . . .

ورابطوا أنفسهم بالمشارطة ، ثم بالمراقبة ، ثم بالمحاسبة ، ثم بالمعاقبة ، ثم بالمجاهدة، ثم بالمعاتبة.

*** يقول الحسن البصرى :**

« ... **المؤمن قوام على نفسه يحاسبها قبل أن يحاسبها الله** ، وإنما خف الحساب على قوم حاسبوا أنفسهم فى الدنيا ، وإنما شق الحساب يوم القيامة على قوم أخذوا هذا الأمر من غير محاسبة» .

*** يقول ابن قدامة :**

« ...... ينبغى العبد أن يحاسب نفسه على الأنفاس ، وعلى معصية القلوب والجوارح فى كل ساعة . . . »

*** يقول ابن قيم الجوزية :**

« .... الذى يعيش دون أن يحاسب نفسه ، فهو فى غفلة » .



إن الحمد لله نستغفره ونستهديه ، ونعوذ به من شرور أنفسنا ومن سيئات أعمالنا ، وندعوه أن يُؤتى نفوسنا تقواها ويزكيها هو خير من زكاها ، هو وليها ومولاها ، اللهم يا مقلب القلوب والأبصار ثبت قلوبنا على دينك ، اللهم ثبتنا عند السؤال فى القبر ، وثبتنا عند المحاسبة أمامك ﴿ يَوْمَ لا يَنفَعُ مَالٌ وَلا بَنُونَ (٨٨) إِلاَّ مَنْ أَتَى اللَّهَ بِقَلْبٍ سَلِيمٍ ﴾ .

لقد أمرنا الله - عز وجل - فى محكم كتابه بمراقبة النفس واستشعار أنه - سبحانه وتعالى - جل شأنه يعلم حركاتنا وسكناتنا ، فقال تعالى : ﴿ وَهُوَ مَعَكُمْ أَيْنَ مَا كُنتُمْ وَاللَّهُ بِمَا تَعْمَلُونَ بَصِيرٌ ﴾ [الحديد : 4] وأن الله أمر ملائكته الكرام أن تسجل كل صغيرة وكبيرة ، فقال سبحانه وتعالى : ﴿ مَا يَلْفِظُ مِن قَوْلٍ إِلاَّ لَدَيْهِ رَقِيبٌ عَتِيدٌ ﴾ [ق : 17] وقال - عز وجل - كذلك : ﴿ وَإِنَّ عَلَيْكُمْ لَحَافِظِينَ (١٠) كِرَامًا كَاتِبِينَ (١١) يَعْلَمُونَ مَا تَفْعَلُونَ ﴾ [الانفطار : 10 - 12] . وأكد على ذلك رسول الله - ﷺ - فعندما سئل عن الإحسان قال : « ***أن تعبد الله كأنك تراه فإن لم تكن تراه فإنه يراك*** » (رواه أحمد) .

ومراقبة النفس تكون قبل أن يهم الإنسان بالعمل حتى لا يُقْدمَ على عمل فيه مخالفة لأمر الله ، وأساس ذلك قول رسول الله - ﷺ - : « ***إذا هممت بأمر فتدبر عاقبته ، فإن كان خيراً فأمضه ، وإن كان غيا فانته عنه*** » (عبادة بن الصامت) .

ويعقب المراقبة ، المحاسبة ، أى مساءلة الفرد نفسه عن ما قام به من عمل ، حتى تطمئن النفس أن ما قامت به من عمل يتفق مع أوامر الله وأنه خير ، وما لم تقدم عليه من عمل كان من الأمور المنهى عنها وهو شر ، ودليل ذلك قول الله - تبارك وتعالى - : ﴿ يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا اتَّقُوا اللَّهَ وَلْتَنظُرْ نَفْسٌ مَّا قَدَّمَتْ لِغَدٍ ﴾ [الحشر : 18] ، وقوله - عز وجل - : ﴿ أَفَمَنْ هُوَ قَائِمٌ عَلَىٰ كُلِّ نَفْسٍ بِمَا كَسَبَتْ ﴾ [الرعد : 33] ويقول الرسول - ﷺ - : « ***الكيس من دان نفسه وعمل لما بعد الموت*** » (رواه أحمد) ، ويقول عمر بن الخطاب : (حاسبوا أنفسكم قبل أن تحاسبوا) .

• ومحاسبة النفس لها ثلاث مراحل رئيسية :

المرحلة الأولى فى الحياة الدنيا عندما يكون هناك عمل ، ويتولى الإنسان بنفسه فى هذه المرحلة عملية المحاسبة ، أو تتم بواسطة جماعة الآمرين بالمعروف والناهين عن المنكر وغيرهم ،

والمرحلة الثانية هى المحاسبة فى القبر وهو أول منازل الآخرة ،

والمرحلة الثالثة هى المحاسبة يوم القيامة ، يوم الحساب حيث يكون محاسبة وجزاء ولا عمل .

ويلى محاسبة النفس ومناقشتها ، التقويم ثم المعاتبة واللوم ثم التزكية ودليل ذلك قول الله تعالى : **﴿وَنَفْسٍ وَمَا سَوَّاهَا (٧) فَأَلْهَمَهَا فُجُورَهَا وَتَقْوَاهَا (٨) قَدْ أَفْلَحَ مَن زَكَّاهَا (٩) وَقَدْ خَابَ مَن دَسَّاهَا﴾** [الشمس : 7ـ10] .

لذلك فإن من أساسيات التربية الروحية فى الإسلام تربية النفس البشرية منذ نشأتها على مراقبة الله ـ عز وجل ـ والمحاسبة الذاتية ، لتلتزم الطريق المستقيم الذى شرعه الله وتهتدى بهدى رسول الله ـ ﷺ ـ ، وهذا المنهج التربوى لازم للمسلم من الصغر إلى الكبر وحتى يلقى الله ، ولقد سار على هذا المنهج رسول الله ـ ﷺ ـ والصحابة ومن والاهم بإحسان إلى يوم الدين .

كما تعترى النفس البشرية فى بعض الأحيان الأمراض ، حيث يشكو البعض من عدم استشعار العبادات ، وعدم التأثر بالقرآن ، وقلة الخشوع فى الصلاة ، والشعور بقسوة القلب ، والكسل عن عمل الخيرات ، وحب الظهور والتباهى ، وتعلُّق القلب بالدنيا ، ويزيد حبه للمال ، ويشح به على الفقراء والمساكين ، وربما يقع فى المعاصى ويرتكب المحرمات .

وتحتاج هذه الأنفس أو القلوب المريضة إلى علاج من خلال التربية الروحية من ذكر الله ، والدعاء ، وقراءة القرآن ، وصلاة القيام ، والاستغفار ، وزيارة القبور ، وذكر الموت والقبر والحشر ، ومصاحبة عباد الله الصالحين السالكين إليه القاصدين وجهه الكريم .

ويحتاج المسلم إلى دليل لمراقبة ومحاسبة النفس وتقويمها وتزكيتها لأهمية ذلك فى التأثير الطيب على الفرد والأسرة والمجتمع والحاكم والأمة الإسلامية ، ولا سيما فى هذا الزمن الذى اختلط فيه الحابل بالنابل ، وطغت فيه المادية على الروحانية ، فقست القلوب وغفلت عن ذكر الله ، ونسيت أن للإنسان ، مهما طال أمده ، وقفة أمام الله ـ عز وجل ـ يحاسبه فيها على الجليل والحقير ، وعلى الفتيل والقطمير ، وعلى الصغير والكبير ، مصداقًا لقوله ـ عز وجل ـ : ﴿ وَوُضِعَ الْكِتَابُ فَتَرَى الْمُجْرِمِينَ مُشْفِقِينَ مِمَّا فِيهِ وَيَقُولُونَ يَا وَيْلَتَنَا مَا لِهَذَا الْكِتَابِ لا يُغَادِرُ صَغِيرَةً وَلا كَبِيرَةً إِلاَّ أَحْصَاهَا وَوَجَدُوا مَا عَمِلُوا حَاضِرًا وَلا يَظْلِمُ رَبُّكَ أَحَدًا﴾[الكهف : 49] ، ويتمنى الظالم الطاغى الفاسق أن يعود إلى الحياة الدنيا ليعمل صالحاً ولقد عبر الله عن ذلك فى كتابه الكريم : ﴿حَتَّىٰ إِذَا جَاءَ أَحَدَهُمُ الْمَوْتُ قَالَ رَبِّ ارْجِعُونِ (٩٩) لَعَلِّي أَعْمَلُ صَالِحًا فِيمَا تَرَكْتُ ﴾[المؤمنون : 99].

❖ مقاصد الكتاب:

لهذا كان هذا الكتاب الذى من مقاصده بيان مفهوم المراقبة والمحاسبة الذاتية وأصولها فى القرآن والسنة النبوية وفى حياة الصحابة ، وبيان سبل وأساليب تربية النفس البشرية وتزكيتها وعلاج أمراضها ، مع إعطاء نماذج تربوية من حياة الصحابة توضح المنهج الذى ساروا عليه فى تربية أنفسهم وأولادهم ، وتوضيح ما يحدث لأمتنا الإسلامية الآن لو أنها التزمت الصراط المستقيم، صراط الذين أنعم الله عليهم بنعمة الإسلام والإيمان والإحسان..

ولقد اعتمدت فى إعداد هذا الكتاب على كتب السلف والخلف المتعلقة بالتربية الروحية فى الإسلام ، ومن بينها كتاب إحياء علوم الدين للإمام أبى حامد الغزالى ، وباب محاسبة النفس من كتاب مدارك السالكين لابن القيم ، وكذلك الخبرات المستفادة من واقع الأمة الإسلامية وما تعانيه من أمراض نفسية تحتاج إلى العلاج السريع .

ولقد راعيت فى إعداد هذا الكتاب التبسيط وسهولة العرض والإقناع حتى يستطيع أصحاب الثقافات المختلفة أن يفهموه بسهولة ويسر ، كما راعيت أن يكون مختصراً جداً حتى يسهل قراءته ، ومن يريد مزيداً من المعرفة والإيضاح يمكنه الرجوع إلى المراجع المتخصصة من أمهات الكتب الإسلامية المذكورة فى الحواشى وفى قائمة المراجع .

❖ خطة الكتاب:

لقد نظمت محتويات هذا الكتاب بحيث يقع فى خمسة فصول على النحو التالى :

الفصل الأول : ويتعلق ببيان طبيعة النفس فى الإسلام وأنواعها .

الفصل الثانى : ويتعلق بمراقبة النفس (المراقبة الذاتية) .

الفصل الثالث : ويتعلق بمحاسبة النفس (المحاسبة الذاتية) .

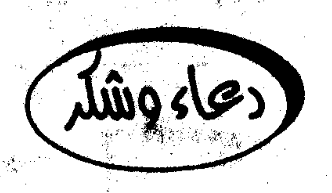
الفصل الرابع : ويتعلق بتقويم النفس وتزكيتها (التزكية الذاتية) .

الفصل الخامس : ويتعلق بأوراد المحاسبة (التقويم الذاتى) .

ولقد أوردنا فى نهاية هذا الكتاب مجموعة من الدعوات المأثورة فى مجال هداية النفس البشرية المستنبطة من القرآن والسنة ، كما أوردنا كذلك قائمة مختارة بأهم المراجع التى اعتمدنا عليها فى الحصول على الأدلة والتى تتمثل فى كتاب اللّه والسنة النبوية الشريفة وأقوال السلف الصالح من فقهائنا وعلمائنا وآراء الأئمة المجتهدين من السلف والخلف ـ رضوان الله عليهم أجمعين ـ .

❖ منهجية إعداد الكتاب :

لقد أعددنا هذا الكتاب على أساس أنه يمكن اعتبار كل فصل وحدة مستقلة بذاتها ، وفى نفس الوقت يتكامل مع الفصول الأخرى فى إطار منسق ، وتحقيقا لذلك ، فقد اضطررنا إلى تكرار ذكر بعض الأدلة التى اعتمدنا عليها من القرآن والسنة وأقوال العلماء والحكماء فى بعض الفصول لتناسبها مع المقام الذى ذكرت فيه فى كل فصل ، فقد رأينا أن فى هذا التكرار منفعة للأخ المسلم .



كما أنتهز هذه المناسبة بأن أدعو اللّه أن يجزى خيراً ـ عنى وعن المسلمين كل من عاون فى إعداد ومراجعة هذا الكتاب ، وأخص بالذكر صهرى الأخ الدكتور طارق محمود الغندور بجامعة عين شمس وابنى الدكتور محمد حسين شحاته بجامعة الأزهر .

وأسأل اللّه العظيم رب العرش الكريم أن يكون هذا العمل صالحاً ولوجهه خالصاً ليس فيه أى شئ لهوى النفس مستشعراً قوله ـ عز وجل ـ : ﴿ قُلْ إِنَّ صَلاتِي وَنُسُكِي وَمَحْيَايَ وَمَمَاتِي لِلَّهِ رَبِّ الْعَالَمِينَ ﴾ [الأنعام : 162] ، ربنا لا علم لنا إلا ما علمتنا إنك أنت العليم الحكيم ، اللهم علمنا ما ينفعنا وانفعنا بما علمتنا ، اللهم زدنا علماً ، وصلى اللّه على سيدنا محمد وعلى آله وصحبه أجمعين .

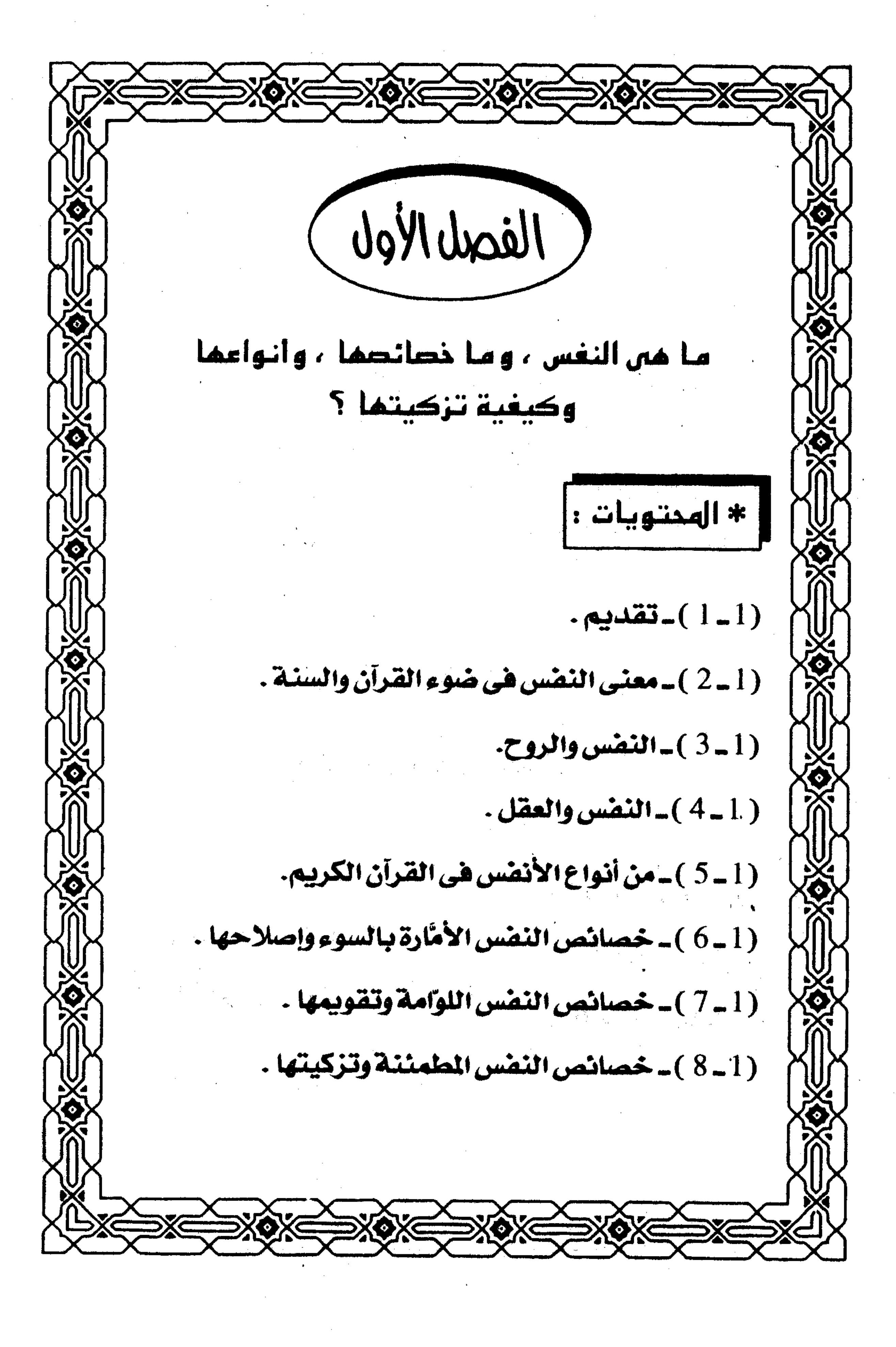
والحمد لله الذى بنعمته تتم الصالحات

القاهرة فى : العام ١٤٢٥ هـ — فبراير ٢٠٠٤ م

العبد الفقير إلى ربه الجليل

حسين حسين شحاته

الأستاذ بجامعة الأزهر



الفصل الأول

ما هى النفس ، وما خصائصها ، وأنواعها وكيفية تزكيتها ؟

*** المحتويات :**

ماهى النفس، وما خصائصها، وأنواعها؟ وكيفية تزكيتها؟

[1 ـ 1] ـ تقديم :

النفس البشرية من الألفاظ التى وردت مئات المرات فى القرآن الكريم وفى السنة النبوية الشريفة ، ولها معان مختلفة حسب المقام التى وردت به ، فأحياناً يقصد بها الإنسان المخلوق ، وأحياناً يقصد بها الروح ، وأحياناً يقصد بها العقل ، وأحياناً يقصد بها قيمة معنوية تعبر عن الذات الإلهية ، وأحياناً يقصد بها القلب.

ولقد قسم العلماء الأنفس من حيث خصائصها إلى ثلاثة أنواع أساسية حسب ما ورد بالقرآن الكريم هى : النفس الأمارة بالسوء ، والنفس اللوامة ، والنفس المطمئنة ، كما بينوا الخصائص المميزة لكل نوع ، وكيف يمكن إصلاحها وتقويمها وتزكيتها؟

وفى هذا الفصل سوف نتناول معنى النفس البشرية وخصائصها وأنواعها وكيف يمكن تزكيتها ؟ حتى يتبين للإنسان المخلوق تحت أى نوع من هؤلاء هو ؟ ، وكيف يمكن تزكية نفسه؟ ، وكيف يتعامل مع هذه الأنفس فى مجال الدعوة إلى الله ـ سبحانه وتعالى ـ؟ .

[1 ـ 2] ـ معنى النفس فى ضوء القرآن والسنة :

قد تعنى النفس الروح ، فيقول خرجت نفس فلان أى خرجت روحه ، فيقول الله تبارك وتعالى : ﴿ اللَّهُ يَتَوَفَّى الأَنفُسَ حِينَ مَوْتِهَا ﴾[الزمر : 42].

والنفس قد تعنى شخصاً آخراً ، وأساس ذلك قول الله تعالى : ﴿ فَإِذَا دَخَلْتُم بُيُوتًا فَسَلِّمُوا عَلَىٰ أَنفُسِكُمْ ﴾[النور : 61] أى على إخوانكم المقيمين بالبيوت .

وتعنى النفس كذلك ما يخفيه الإنسان فى ذاته ، وهذا ما يعبر عنه بالضمير مثل قوله ـ تبارك وتعالى ـ : ﴿ تَعْلَمُ مَا فِي نَفْسِي وَلا أَعْلَمُ مَا فِي نَفْسِكَ ﴾ [المائدة : 116] وقوله تعالى أيضاً : ﴿ إِنَّ اللَّهَ لا يُغَيِّرُ مَا بِقَوْمٍ حَتَّىٰ يُغَيِّرُوا مَا بِأَنفُسِهِمْ ﴾ [الرعد : 11] .

وقد تعنى النفس : الإنسان ذاته ، مثل قوله ـ عز وجل ـ : ﴿ أَن تَقُولَ نَفْسٌ يَا حَسْرَتَىٰ عَلَىٰ مَا فَرَّطتُ فِي جَنبِ اللَّهِ ﴾ [الزمر : 56] وقوله تبارك وتعالى : ﴿ وَاتَّقُوا يَوْمًا لَّا تَجْزِي نَفْسٌ عَن نَّفْسٍ شَيْئًا ﴾ [البقرة : 84] ، وقوله ـ تبارك وتعالى ـ : ﴿ وَلْتَنظُرْ نَفْسٌ مَّا قَدَّمَتْ لِغَدٍ ﴾ [الحشر : 18] وقوله ـ جل شأنه ـ : ﴿ كُلُّ نَفْسٍ ذَائِقَةُ الْمَوْتِ ﴾ [آل عمران : 185] .

وقد تعنى النفس جملة الشىء وحقيقته ، فيقال : قتل فلان نفسه وأهلك نفسه ، أو أوقع الهلاك بذاته كلها وحقيقته ، ولقد أشار القرآن إلى هذا المدلول فى قوله تعالى : ﴿ وَمَا أُبَرِّئُ نَفْسِي إِنَّ النَّفْسَ لَأَمَّارَةٌ بِالسُّوءِ ﴾ [يوسف : 53] .

فالنفس البشرية فى الإسلام لها معانٍ مختلفة حسب الوضع الذى تَرِدُ فيه ولكن المعنى الذى نقصده فى هذا الكتاب والمتعارف عليه لدى كثير من الناس هو : « ذات الإنسان الكائن الحى ذى العقل الذى يكون به التمييز بين الخير والشر ، والذى يتكاثر ويعمل ويشعر وينفعل » .

❑ [1 ـ 3] ـ النفس والروح :

يقول ابن عباس : إن لكل إنسان نفسين : إحداهما نفس العقل الذى يكون به التمييز ، والأخرى نفس الروح التى يكون بها الحياة ، وتفارق نفس التمييز الإنسان إذا نام ، حيث يفارق العقل الروح .

❑ [1 ـ 4] ـ النفس والعقل :

العقل عنصر داخل النفس البشرية وهو الذى يفكر لها ، يميزها عن الدواب ، وهو صفة العلم الذى محله القلب ، وهذا واضح فى قوله ـ تبارك وتعالى ـ فى وصف بعض

الناس الذين لا يعقلون بأنهم مثل الأنعام ، فيقول الله ـ عز وجل ـ : ﴿إِنَّ شَرَّ الدَّوَابِّ عِندَ اللَّهِ الصُّمُّ الْبُكْمُ الَّذِينَ لا يَعْقِلُونَ﴾ [الأنفال : 22]، وقوله ـ تبارك وتعالى ـ كذلك : ﴿أُولَٰئِكَ كَالأَنْعَامِ بَلْ هُمْ أَضَلُّ أُولَٰئِكَ هُمُ الْغَافِلُونَ﴾ [الأعراف : 179]، وقوله ـ سبحانه وتعالى ـ أيضاً : ﴿إِنْ هُمْ إِلاَّ كَالأَنْعَامِ بَلْ هُمْ أَضَلُّ سَبِيلاً﴾ [الفرقان : 44] ، وقال فى وصف الكافرين الذين لا يحكمون عقولهم : ﴿وَالَّذِينَ كَفَرُوا يَتَمَتَّعُونَ وَيَأْكُلُونَ كَمَا تَأْكُلُ الأَنْعَامُ وَالنَّارُ مَثْوًى لَّهُمْ﴾[محمد : 12].

ففى الآيات السابقة يوضح الله ـ سبحانه وتعالى ـ دور العقل داخل النفس البشرية ، فإذا لم يؤدّ دوره المخلوق من أجله يصبح هذا الإنسان مثل الدواب .

❑ [1 ـ 5] ـ من أنواع الأنفس فى القرآن الكريم :

سبق أن ذكرنا أن هناك نفسين : نفس التمييز وهى العقل ، ونفس الحياة وهى الروح وتنقسم نفس التمييز إلى ثلاثة أنواع رئيسية حسب ما ورد بالقرآن الكريم هى :

ـ **النفس الأمارة بالسوء** : ودليل ذلك قول الله ـ تبارك وتعالى ـ: ﴿وَمَا أُبَرِّئُ نَفْسِي إِنَّ النَّفْسَ لأَمَّارَةٌ بِالسُّوءِ﴾ [يوسف : 53].

ـ **النفس اللوامة** : كما ورد فى قوله ـ تبارك تعالى ـ : ﴿لا أُقْسِمُ بِيَوْمِ الْقِيَامَةِ ① وَلا أُقْسِمُ بِالنَّفْسِ اللَّوَّامَةِ﴾ [القيامة : 1ـ2].

ـ **النفس المطمئنة** : كما ورد فى قوله ـ تبارك تعالى ـ : ﴿يَا أَيَّتُهَا النَّفْسُ الْمُطْمَئِنَّةُ ㉗ ارْجِعِي إِلَىٰ رَبِّكِ رَاضِيَةً مَّرْضِيَّةً ㉘ فَادْخُلِي فِي عِبَادِي ㉙ وَادْخُلِي جَنَّتِي﴾[الفجر : 27ـ29].

وسوف نتعرض لكل نوع من هذه الأنواع ونبين معالمها وخصائصها وكيفية إصلاحها وتزكيتها بشىء من التفصيل فى الصفحات القادمة .

❑ [1 ـ 6] ـ خصائص النفس الأمارة بالسوء وإصلاحها .

معنى النفس الأمارة بالسوء :

لقد ورد فى القرآن الكريم على لسان زوجة الملك : ﴿وَمَا أُبَرِّئُ نَفْسِي إِنَّ النَّفْسَ لأَمَّارَةٌ بِالسُّوءِ إِلاَّ مَا رَحِمَ رَبِّي إِنَّ رَبِّي غَفُورٌ رَّحِيمٌ ﴾ [يوسف: 53] . تقول امرأة العزيز : ولست أبرئ نفسى ، فإن النفس تحدث وتتمنى ، ولهذا راودته (1) .

وفى تفسير القرطبى يقول : « إن النفس مشتهية للسوء » ، ﴿ إِلاَّ مَا رَحِمَ رَبِّي ﴾ فى موضع نصب بالاستثناء ، وما هنا بمعنى من ، أى إلا من رحم ربى فعصمه ، وما ، بمعنى من كثير وهو استثناء منقطع لأنه استثناء المعصوم بالعصمة من النفس الأمارة بالسوء (2) .

فالأصل أن النفس أمارة بالسوء والاستثناء هو غير ذلك ، وهى مبعث البلاء والشقاء ومكمن الشر والفساد ومصدر الظلم والطغيان ، وتحتاج إلى قوّة إيمانية حتى تزكى ، ويكون هواها تبعاً لشرع الله ، ولما جاء به سيدنا محمد ـ ﷺ ـ ويؤكد ذلك رسول الله ـ ﷺ ـ فيقول : « *ما تقولون فى صاحب لكم إن أنتم أكرمتموه وأطعمتموه ، وكسوتموه ، أفضى بكم إلى شر غاية ، وإن أهنتموه وأعريتموه وأجعتموه ، أفضى بكم إلى شر غاية* » قالوا : يا رسول الله : هذا شر صاحب فى الأرض ، قال : « *فو الذى نفسى بيده ، إنها لنفوسكم التى بين جنوبكم* » [رواه مسلم] .

❑ خصائص النفس الأمارة بالسوء :

النفس الأمارة بالسوء ، أصل السوء ، ومبعث البلاء ومكمن الشر ، متكبرة شحيحة شكاكة ظنانة ، تتحدث وتتمنى ، فهى ينبوع الاعتداء والعُتُوّ والجحود وتفصيل ذلك كما يلى :

---

(1) تفسير ابن كثير ـ المجلد الثانى ـ صفحة 481 ـ 482 .

(2) تفسير القرطبى الجامع لأحكام القرآن ، كتاب الشعب ، صفحة 3439 .

1 ـ من خصائص النفس الأمارة بالسوء ، الشح وعبادة المال ، وورد عنها فى القرآن الكريم ، قول الله ـ عز وجل ـ : ﴿ وَمَن يُوقَ شُحَّ نَفْسِهِ فَأُولَٰئِكَ هُمُ الْمُفْلِحُونَ ﴾ [التغابن : 16] وقوله ـ سبحانه وتعالى ـ أيضاً : ﴿ وَأُحْضِرَتِ الأَنفُسُ الشُّحَّ ﴾ [النساء : 128] ولقد ورد فى تفسير الآية الأولى : أن شح النفس من البلاء الملازم ، والسعيد من يخلص منه ويتوقاه ، والوقاية منه فضل من الله (1) . كما ورد فى تفسير الآية الثانية : « إن الشح حاضرٌ دائماً فى الأنفس ، وهو دائماً قائم فيها ، والشح بأنواعه بالمال ، والشح بالمشاعر » (2) .

2 ـ من مظاهر النفس الأمارة بالسوء ، التكبر والعتو ، وعبر عنها القرآن بقول الله ـ عز وجل ـ : ﴿ لَقَدِ اسْتَكْبَرُوا فِي أَنفُسِهِمْ وَعَتَوْا عُتُوًّا كَبِيرًا ﴾ [الفرقان : 21] ففى هذه الآية يصور القرآن طبيعة أنفس الكفار بأنها خبيثة فى أجسام خبيثة ذلك بأنهم استكبروا وعاندوا وعتوا ، ونهانا الله ـ عز وجل ـ عن الغرور والإعجاب والاختيال والفخر : ﴿ فَلا تُزَكُّوا أَنفُسَكُمْ هُوَ أَعْلَمُ بِمَنِ اتَّقَى ﴾ [النجم : 32] .

كما نهانا رسول الله ـ ﷺ ـ عن الكبرياء ، فقال : « ***من كان فى قلبه مثقال حبة من خردل من كبر ، كبه الله لوجهه فى النار*** » [رواه أحمد] .

3 ـ والنفس الأمارة بالسوء جاحدة ظالمة ، ورد فيه قول الله ـ تبارك وتعالى ـ ﴿ وَجَحَدُوا بِهَا وَاسْتَيْقَنَتْهَا أَنفُسُهُمْ ظُلْمًا وَعُلُوًّا ﴾ [النمل : 14] ، ولقد ورد فى تفسير هذه الآية : أنهم علموا فى أنفسهم أنها حق من عند الله ولكن جحدوها وعاندوها وكابروها ، ظلماً من أنفسهم عن اتباع الحق ، انظر كيف تودى بصاحبها ولذلك يختم الله تعالى الآية بقوله : ﴿ فَانظُرْ كَيْفَ كَانَ عَاقِبَةُ الْمُفْسِدِينَ ﴾ (3) .

وهؤلاء من أهل النار ، فعن حارثة بن وهب ـ رضى الله عنه ـ قال : سمعت رسول

(1) سيد قطب : « فى ظلال القرآن » ، المجلد السادس .
(2) المرجع السابق ، المجلد الثانى ، صفحة 769 .
(3) تفسير ابن كثير ، المجلد الثالث ، صفحة 357

الله ـ ﷺ ـ يقول : « ألا أخبركم بأهل النار ؟ : كل عُتُل جواظ مستكبر » (رواه الترمذى) .

٤ ـ تنقاد النفس الأمارة بالسوء دائماً حسب هوى صاحبها الذى زين له الشيطان سوء عمله ، وأصبح على قلبه غشاوة لايرى الخير من الشر ، ودائما يظن ظن الجاهلية ، يصف الله ـ عز وجل ـ هؤلاء بقوله : ﴿ إن يَتَّبِعُونَ إلاَّ الظَّنَّ وَمَا تَهْوَى الأَنفُسُ وَلَقَدْ جَاءَهُم مِّن رَّبِّهِمُ الْهُدَى ﴾ [النجم ٢٣ ـ ٢٤] ، ويقول الأستاذ سيد قطب فى تفسير هذه الآية : «إن نهى النفس عن الهوى نقطة الارتكاز فى دائرة الطاعة ، فالهوى هو الدافع القوى لكل طغيان وكل تجاوز ، وكل معصية ، وهو ينبوع الشر» [1]. ، ولقد نهانا رسول الله ـ ﷺ ـ عن ذلك فقال : « ثلاث مهلكات : شح مطاع ، وهوى متبع ، وإعجاب المرء بنفسه » [الطبرانى] ، وقال ـ ﷺ ـ : «إذا رأيت شحاً مطاعاً ، وهوى متبعاً ، وإعجاب كل ذى رأى برأيه فعليك بنفسك » [أبو داود] .

٥ ـ من معالم النفس الأمارة بالسوء ، الاعتداء والقتل والبغى ، ولقد ورد ذلك واضحاً فى نبأ ابنى آدم عندما قتل قابيل هابيل ، ويقص علينا الله ـ سبحانه وتعالى ـ ذلك فيقول : ﴿ وَاتْلُ عَلَيْهِمْ نَبَأَ ابْنَيْ آدَمَ بِالْحَقِّ إِذْ قَرَّبَا قُرْبَانًا فَتُقُبِّلَ مِنْ أَحَدِهِمَا وَلَمْ يُتَقَبَّلْ مِنَ الآخَرِ قَالَ لأَقْتُلَنَّكَ قَالَ إِنَّمَا يَتَقَبَّلُ اللَّهُ مِنَ الْمُتَّقِينَ (٢٧) لَئِن بَسَطتَ إِلَيَّ يَدَكَ لِتَقْتُلَنِي مَا أَنَا بِبَاسِطٍ يَدِيَ إِلَيْكَ لأَقْتُلَكَ إِنِّي أَخَافُ اللَّهَ رَبَّ الْعَالَمِينَ (٢٨) إِنِّي أُرِيدُ أَن تَبُوءَ بِإِثْمِي وَإِثْمِكَ فَتَكُونَ مِنْ أَصْحَابِ النَّارِ وَذَلِكَ جَزَاءُ الظَّالِمِينَ (٢٩) فَطَوَّعَتْ لَهُ نَفْسُهُ قَتْلَ أَخِيهِ فَقَتَلَهُ فَأَصْبَحَ مِنَ الْخَاسِرِينَ ﴾

[المائدة 27 - 30]

وعن جابر ـ رضى الله عنه ـ ، أن رسول الله ـ ﷺ ـ قال : « اتقوا الظلم ، فإن الظلم ظلمات يوم القيامة ، واتقوا الشح فإن الشح أهلك من كان قبلكم ، حملهم على أن سفكوا دماءهم ، واستحلوا محارمهم » [مسلم]

(١) سيد قطب « فى ظلال القرآن » المجلد السادس ، صفحة 3408: 3409

ويعتبر اليهود من أصحاب النفوس الشريرة المعتدية التى تهوى القتل والاعتداء ، ولقد فضحهم الله فى القرآن فقال عنهم : ﴿ كُلَّمَا جَاءَهُمْ رَسُولٌ بِمَا لا تَهْوَىٰ أَنفُسُهُمْ فَرِيقًا كَذَّبُوا وَفَرِيقًا يَقْتُلُونَ ﴾ [المائدة : 70] .

❑ إصلاح النفس الأمارة بالسوء

ماذا يصنع الإنسان مع النفس الشريرة ، الظالمة ،المعتدية ، المتكبرة ، العاتية الشحيحة ، الشكاكة ، حتى تنصلح وتهتدى وتستقيم وترجع إلى فطرتها الأصلية؟

هذا النوع من الأنفس فى حاجة إلى تهديد وترهيب وتربية وإعداد . . من ذلك على سبيل المثال مايلى :

أولاً : أن نبين لصاحب النفس الأمارة بالسوء عظمة الله وقدرته وجبروته وبطشه بالظالمين وبالطواغيت وبالفراعنة . . . وأن نذكره بآيات الله من القرآن العظيم عن ما فعل الله بهؤلاء مثل قوله ـ تبارك وتعالى ـ : ﴿ يَوْمَ نَبْطِشُ الْبَطْشَةَ الْكُبْرَىٰ إِنَّا مُنتَقِمُونَ ﴾[الدخان : 16] ﴿إِنَّ بَطْشَ رَبِّكَ لَشَدِيدٌ ﴾ [البروج : 12] ، ويحذر رسول الله ـ ﷺ ـ الظالمين وأعوانهم من عذاب جهنم ، فيقول : « ***إن أهون أهل النار عذاباً يوم القيامة ، لرجل يوضع فى أخمص قدميه جمرتان يغلى منهما دماغه ، مايرى أن أحداً أشد منه عذاباً، وإنه لأهونهم عذاباً*** » [متفق عليه]

ثانياً : أن نبين لصاحب النفس الأمارة بالسوء أن الله قد أهلك من هم أشد منه كبرياءً وظلماً وعدواناً ، ونذكره بقصص القوم السابقين من الظلمة مثل عاد وثمود وفرعون وغيرهم ، ومن الآيات التى تتلى فى هذا المقام ، قول الله ـ تبارك وتعالى ـ : ﴿ فَأَهْلَكْنَا أَشَدَّ مِنْهُم بَطْشًا وَمَضَىٰ مَثَلُ الْأَوَّلِينَ ﴾ [الزخرف : 8] ، وقوله ـ تبارك وتعالى ـ : ﴿ فَأَمَّا ثَمُودُ فَأُهْلِكُوا بِالطَّاغِيَةِ ۝ وَأَمَّا عَادٌ فَأُهْلِكُوا بِرِيحٍ صَرْصَرٍ عَاتِيَةٍ ۝ سَخَّرَهَا عَلَيْهِمْ سَبْعَ لَيَالٍ وَثَمَانِيَةَ أَيَّامٍ حُسُومًا فَتَرَى الْقَوْمَ فِيهَا صَرْعَىٰ كَأَنَّهُمْ أَعْجَازُ نَخْلٍ خَاوِيَةٍ ﴾ [الحاقة 5ـ8] ويبين الرسول حال هؤلاء الظلمة ، فعن أبى موسى ـ رضى الله عنه ـ قال : قال رسول

الله ـ ﷺ ـ : « ***إن الله ليملى للظالم فإذا أخذه لم يفلته ثم قرأ*** » : ﴿ وَكَذَٰلِكَ أَخْذُ رَبِّكَ إِذَا أَخَذَ الْقُرَىٰ وَهِيَ ظَالِمَةٌ إِنَّ أَخْذَهُ أَلِيمٌ شَدِيدٌ ﴾ [هود : 102] [رواه مسلم] .

ثالثا : تذكير صاحب النفس الأمارة بالسوء بالموت وأنه يجب العمل لما بعده ، حين يقول الظالم : ﴿ رَبِّ ارْجِعُونِ (٩٩) لَعَلِّي أَعْمَلُ صَالِحًا فِيمَا تَرَكْتُ ﴾ [المؤمنون : 100] ولقد أوصانا رسول الله ـ ﷺ ـ بذلك ، فقال : « ***الكيس من دان نفسه وعمل لما بعد الموت ، والعاجز [الأحمق] من أتبع نفسه هواها ، وتمنى على الله الأمانى*** » [رواه أحمد]

رابعاً : أن تشكك صاحب النفس الأمارة بالسوء فى رغباتها وشهواتها وفجورها ، وأن هذا كله زائل لا ريب ، وسوف يخسر صاحبها خسراناً مبيناً ومأواه جهنم وبئس المصير ، وحتى يفلح صاحبها لابد وأن يتقى الله ويسير فى طريق الطهر ، ولقد أوضح الله لنا الطريق فقال : ﴿ وَنَفْسٍ وَمَا سَوَّاهَا (٧) فَأَلْهَمَهَا فُجُورَهَا وَتَقْوَاهَا (٨) قَدْ أَفْلَحَ مَن زَكَّاهَا (٩) وَقَدْ خَابَ مَن دَسَّاهَا ﴾ [الشمس :7ـ10] .

خامساً : أن نغرس فى صاحب النفس الأمارة بالسوء الخوف من الله ـ عز وجل ـ يوم الحساب ﴿ يَوْمَ لَا يَنفَعُ مَالٌ وَلَا بَنُونَ (٨٨) إِلَّا مَنْ أَتَى اللَّهَ بِقَلْبٍ سَلِيمٍ ﴾ ، وأساس ذلك قول الله تبارك وتعالى : ﴿ فَأَمَّا مَن طَغَىٰ (٣٧) وَآثَرَ الْحَيَاةَ الدُّنْيَا (٣٨) فَإِنَّ الْجَحِيمَ هِيَ الْمَأْوَىٰ (٣٩) وَأَمَّا مَنْ خَافَ مَقَامَ رَبِّهِ وَنَهَى النَّفْسَ عَنِ الْهَوَىٰ (٤٠) فَإِنَّ الْجَنَّةَ هِيَ الْمَأْوَىٰ ﴾ [النازعات : 37 ـ 41] ويقول الرسول ـ ﷺ ـ : « ***من خاف أدلج ، ومن أدلج بلغ المنزل ألا إن سلعة الله غالية ، ألا إن سلعة الله هى الجنة*** » [رواه الترمذى] .

وكان رسول الله ـ ﷺ ـ مع مكانته العظيمة عند الله ـ سبحانه وتعالى ـ أشد الناس خوفاً من الله ـ عز وجل ـ يقول : « ***والله إنى لأخشاكم لله*** » ؟ (رواه البخارى) .

سادساً : لابد من إبعاد صاحب النفس الأمارة بالسوء عن مصاحبة قرناء الشياطين ، الذين طغوا وأفسدوا وظلموا ، وعليه أن يكون مع عباد الرحمن ، ولقد أمرنا

الله ـ عز وجل ـ بذلك فقال : ﴿ وَاصْبِرْ نَفْسَكَ مَعَ الَّذِينَ يَدْعُونَ رَبَّهُم بِالْغَدَاةِ وَالْعَشِيِّ يُرِيدُونَ وَجْهَهُ وَلا تَعْدُ عَيْنَاكَ عَنْهُمْ تُرِيدُ زِينَةَ الْحَيَاةِ الدُّنْيَا وَلا تُطِعْ مَنْ أَغْفَلْنَا قَلْبَهُ عَن ذِكْرِنَا وَاتَّبَعَ هَوَاهُ وَكَانَ أَمْرُهُ فُرُطًا ﴾ [الكهف : 28] .

ولقد أوصانا رسول الله ـ ﷺ ـ بمصاحبة المؤمنين المتقين ، فعن أبى سعيد الخدرى ـ رضى الله عنه ـ ، عن النبى ـ ﷺ ـ قال : « ***لا تصاحب إلا مؤمناً ، ولا يأكل طعامك إلا تقى*** » [أبو داود والترمذى]، وبين لنا رسول الله ـ ﷺ ـ الفرق بين الجليس الصالح والجليس السوء ، فقال : « ***مثل الجليس الصالح كمثل صاحب المسك إن لم يصبك منه شىء ، أصابك من ريحه ، ومثل الجليس السوء كمثل صاحب الكير إن لم يصبك من سواده ، أصابك من دخانه*** » [أبو داود] .

❑[1 ـ 7] ـ خصائص النفس اللوامة وتزكيتها

معنى النفس اللوامة :

لقد أشار الله ـ عز وجل ـ فى كتابه الكريم إلى نوع آخر من أنواع الأنفس : وهى النفس اللوامة ، فقال ﴿لا أُقْسِمُ بِيَوْمِ الْقِيَامَةِ (1) وَلا أُقْسِمُ بِالنَّفْسِ اللَّوَّامَةِ ﴾ [القيامة : 25] ، وقال ـ عز وجل ـ: ﴿فَلا تَذْهَبْ نَفْسُكَ عَلَيْهِمْ حَسَرَاتٍ﴾] فاطر : 8] ، وقال ـ سبحانه وتعالى ـ: ﴿فَطَوَّعَتْ لَهُ نَفْسُهُ قَتْلَ أَخِيهِ فَقَتَلَهُ فَأَصْبَحَ مِنَ الْخَاسِرِينَ ﴾ [المائدة : 30] وقال ـ تبارك وتعالى ـ كذلك : ﴿ فَلا تَلُومُونِي وَلُومُوا أَنفُسَكُم ﴾ [إبراهيم : 22]

ولقد ورد فى معنى النفس اللوامة أقوال كثيرة منها(1) :

ـ «هى النفس التى لا تثبت على حال واحد ، فهى كثيرة التقلب والتلون ، فتذكر وتغفل ، وتقبل وتعرض ، وتحب وتبغض ، وتفرح وترضى ، وتغضب وتطيع وتتقى « أى أن فيها قوى الخير وقوى الشر ونفحات الإيمان وهمزات الشيطان » .

(1) دقائق الأخبار فى رقائق الأخيار ، دار البشير 1413 هـ 1992م ، صفحة 53 .

ـ « وقيل : هى نفس المؤمن : إن المؤمن لاتراه إلا يلوم نفسه دائماً يقول : ماذا أردت بكلامى ؟ وماذا أردت بعلمى ؟ وكان هذا أولى من هذا أو نحوهذا الكلام

ونلاحظ أن هذه الأقوال تكمل بعضها البعض ، فالله ـ سبحانه وتعالى ـ قد خلق فى ذات النفس البشرية قوتان : قوى الخير وقوى الشر ﴿ فَأَلْهَمَهَا فُجُورَهَا وَتَقْوَاهَا ﴾ ، ﴿ وَهَدَيْنَاهُ النَّجْدَيْنِ ﴾ ، ووضح الطريق لتزكية النفس ، وإن كان غير ذلك فيكون فى الإحطاط من شأنها ، فيقول ـ عز وجل ـ : ﴿ قَدْ أَفْلَحَ مَن زَكَّاهَا (٩) وَقَدْ خَابَ مَن دَسَّاهَا ﴾[الشمس : 9ـ10]

ويلاحظ أن نفس المؤمن عندما تخطىء وتقصر وتنحرف عن شرع الله ومنهج رسوله ، تسائل وتناقش صاحبها ، ثم بعد ذلك تعاقبه باللوم الشديد وتقومه حتى يرجع إلى الطريق المستقيم .

ويقول الإمام ابن القيم أن اللوامة نوعان :

اللوامة الملومة : هى النفس الجاهلية الظالمة التى يلومها الله .

اللوامة غير الملومة : هى النفس التى لاتزال تلوم صاحبها على تقصيره .

من خصائص النفس اللوامة :

كما سبق البيان ، نجد أن من أهم خصائص النفس اللوامة : أنها متقلبة ، تتنافس فيها قوى الخير وقوى الشر ، محاسبة لصاحبها دائما ، تخاف الله ـ عز وجل ـ ، ولقد فصل أهل العلم هذه الخصائص على النحو الوارد فى الصفحات التالية .

○ نفس تغلب فى صاحبها قوى الإيمان والخير على قوى الطغيان والشر ، وهى لاتوجد إلا عند المؤمن الذى يلوم نفسه دائماً على التقصير فى الطاعات والوقوع فى المعاصى : فعلى سبيل المثال عندما قتل قابيل أخاه هابيل ، وتبين له أن هذا خطأ فندم ، ويصور القرآن هذه الواقعة فيقول الله ـ عز وجل ـ : ﴿ فَطَوَّعَتْ لَهُ نَفْسُهُ قَتْلَ أَخِيهِ فَقَتَلَهُ

فَأَصْبَحَ مِنَ الْخَاسِرِينَ (٣٠) فَبَعَثَ اللَّهُ غُرَابًا يَبْحَثُ فِي الأَرْضِ لِيُرِيَهُ كَيْفَ يُوَارِي سَوْءَةَ أَخِيهِ قَالَ يَا وَيْلَتَىٰ أَعَجَزْتُ أَنْ أَكُونَ مِثْلَ هَٰذَا الْغُرَابِ فَأُوَارِيَ سَوْءَةَ أَخِي فَأَصْبَحَ مِنَ النَّادِمِينَ ﴾ .

○ نفس تراقب صاحبها ذاتيا قبل أن يهم بالعمل ، وتسأله هل هذا يتفق مع شرع الله أم لا ؟ فإذا كان العمل صالحا ولوجه الله خالصاً أقدمت عليه وإن كان غير ذلك تركته ، ولقد عبر الله عن ذلك فى القرآن الكريم ، فيقول الله عز وجل : **﴿ بل الإنسان على نفسه بصيرة ﴾** [القيامة : 14] ، ولقد ورد فى تفسير هذه الآية « أى بل هو شاهد على نفسه وسوء عمله وقبح صنيعه لا يحتاج إلى شاهد آخر ، والتاء فى بصيرة للمبالغة وقال ابن عباس : « الإنسان شاهد على نفسه وحده يشهد عليه سمعه وبصره ورجلاه وجوارحه » .
كما قال الله تبارك وتعالى كذلك : **﴿وَاعْلَمُوا أَنَّ اللَّهَ يَعْلَمُ مَا فِي أَنفُسِكُمْ فَاحْذَرُوهُ ﴾** [البقرة : 235] وقوله تبارك تعالى كذلك : **﴿ وَكَانَ اللَّهُ عَلَىٰ كُلِّ شَيْءٍ رَّقِيبًا ﴾** [الأحزاب : 52] .

ولقد أوصى رسول الله ـ ﷺ ـ رجلاً أن يراقب نفسه قبل أن يهم بالعمل فقال : « ***إذا أردت أمراً فتدبر عاقبته ، فإن كان رشداً فأمضه ، وإن كان غياً فانته عنه*** » [رواه عبادة بن الصامت] .

○ نفس دائمة المحاسبة لصاحبها على الخير والشر ، وتقول له :

○ ما أردت بهذا ؟

○ لم فعلت هذا ؟

○ كان هذا أولى من هذا .

يخلو صاحب النفس اللوامة بنفسه آخر كل يوم للمحاسبة ، فإن رأى نقصاً أو تقصيراً لامها ووبخها وعاهد الله على التوبة وتعويض ما فاته ، وإن رأى إثماً أو معصية استغفر وندم وأناب ، ودليل هذه المحاسبة من القرآن الكريم ، قول الله تبارك وتعالى : **﴿ يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا اتَّقُوا اللَّهَ وَلْتَنظُرْ نَفْسٌ مَّا قَدَّمَتْ لِغَدٍ وَاتَّقُوا اللَّهَ إِنَّ اللَّهَ خَبِيرٌ بِمَا تَعْمَلُونَ (١٨) وَلَا تَكُونُوا**

كَالَّذِينَ نَسُوا اللَّهَ فَأَنسَاهُمْ أَنفُسَهُمْ أُوْلَئِكَ هُمُ الْفَاسِقُونَ ﴾ [الحشر : 18 ـ 19] وقوله عز وجل كذلك : ﴿ وَتُوبُوا إِلَى اللَّهِ جَمِيعًا أَيُّهَا الْمُؤْمِنُونَ لَعَلَّكُمْ تُفْلِحُونَ ﴾ [النور : 31] ، وقال رسول الله ـ ﷺ ـ : « ***إنى لأتوب إلى الله وأستغفره فى اليوم مائة مرة*** » [رواه مسلم] وقال عمر ابن الخطاب : (حاسبوا أنفسكم قبل أن تحاسبوا، وزنوا أعمالكم قبل أن توزن عليكم، وتهيئوا للعرض الأكبر) ، وكان ـ رضى الله عنه ـ إذا جن عليه الليل يضرب، قدميه بالدرة ويقول لنفسه : ماذا عملت اليوم ؟ يا ليت أم عمر ما ولدت عمر .

ـ ومن صفات النفس اللوامة ، أنها نفس مستغفرة نادمة أوابة ، داعية لصاحبها بالهداية ، عندما ينتهى المؤمن من محاسبة نفسه ، فإن رأى نقصاً فى الفرائض لامها ووبخها ، وهَمَّ فوراً إلى جبر ذلك عن طريق الإكثار من النوافل ، وإن رأى نقصاً فى النوافل عوضه بمزيد من الطاعات ، ولكن إذا وجد أنه قد ارتكب إثماً أو معصية استغفر وندم وأناب وعمل من الخير ما يراه مصلحاً لما أفسد ، مستشعراً قول الله ـ تبارك وتعالى ـ: ﴿ إِلاَّ مَن تَابَ وَآمَنَ وَعَمِلَ عَمَلاً صَالِحًا فَأُوْلَئِكَ يُبَدِّلُ اللَّهُ سَيِّئَاتِهِمْ حَسَنَاتٍ وَكَانَ اللَّهُ غَفُورًا رَّحِيمًا ﴾ [الفرقان : ٧٠] وقول الرسول الله ـ ﷺ ـ : « ***اتق الله حيثما كنت ، وأتبع السيئة الحسنة تمحها ، وخالق الناس بخلق حسن*** » (رواه الترمذى وقال : حديث حسن).

○ تقويم النفس اللوامة :

صاحب النفس اللوامة الكامن فيها نفحات الخير ، أحياناً يعتريه بعض من أمراض القلوب تحتاج دائماً إلى برنامج عمل من أجل تنمية قوى الخير والقضاء على نوازع الشر ، وهذا يمكن تحقيقه كما يلى :

○ الإكثار من ذكر الله ـ سبحانه وتعالى ـ :

فى كل وقت وحين ، وبكافة الوسائل والسبل ، ولقد أمرنا الله سبحانه وتعالى بذلك فقال عز وجل : ﴿ فَاذْكُرُونِي أَذْكُرْكُمْ وَاشْكُرُوا لِي وَلَا تَكْفُرُونِ ﴾ [البقرة : 152] ويقول

تبارك وتعالى : ﴿ يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا اذْكُرُوا اللَّهَ ذِكْرًا كَثِيرًا (41) وَسَبِّحُوهُ بُكْرَةً وَأَصِيلاً ﴾ [الأحزاب : 41] ويقول الرسول ـ ﷺ ـ : « **مثل الذى يذكر ربه والذى لا يذكر ربه مثل الحى والميت** » (رواه البخارى ومسلم) ، وهذا الذكر يؤدى إلى زيادة قوى الإيمان لتطارد قوى الشر ، وتقوى النفس على المراقبة والمحاسبة والمعاتبة والعقاب .

○ الإكثار من صلاة التهجد والتسابيح فى جوف الليل والكثرة من مناجاة الله ـ عز وجل ـ :

ولقد وصف الله ـ عز وجل ـ عباده المتقين بقوله : ﴿ كَانُوا قَلِيلاً مِّنَ اللَّيْلِ مَا يَهْجَعُونَ (17) وَبِالأَسْحَارِ هُمْ يَسْتَغْفِرُونَ ﴾ [الذاريات : 17 ـ 18] ولقد أمر الله بصلاة التهجد فى شخص رسول الله ـ ﷺ ـ فقال : ﴿ وَمِنَ اللَّيْلِ فَتَهَجَّدْ بِهِ نَافِلَةً لَّكَ عَسَىٰ أَن يَبْعَثَكَ رَبُّكَ مَقَامًا مَّحْمُودًا ﴾[الإسراء : 79] .

فصلاة التهجد والتسابيح تنمى قوى الإيمان عند المسلم ، فتعينه على الإكثار من الطاعات ، وتجنب الذنوب والآثام ولا سيما عندما يخلو مع الله ـ سبحانه وتعالى ـ ليلاً والناس نيام .

○ دوام الاستغفار والتوبة والإنابة إلى الله ـ عز وجل ـ والفرار إليه والاعتصام به :

فبعد أن تعرف النفس اللوامة تقصيرها وذنوبها ومعاصيها ، تتضرع إلى الله بالدعاء مستغفرة ، ولقد أمرنا الله بذلك على لسان نبيه نوح فقال ـ عز وجل ـ : ﴿ فَقُلْتُ اسْتَغْفِرُوا رَبَّكُمْ إِنَّهُ كَانَ غَفَّارًا ﴾ [نوح : 10] ، ويأمرنا الله ـ عز وجل ـ بالمسارعة بطلب المغفرة ، فقال الغفور الرحيم : ﴿ وَسَارِعُوا إِلَىٰ مَغْفِرَةٍ مِّن رَّبِّكُمْ وَجَنَّةٍ عَرْضُهَا السَّمَوَاتُ وَالأَرْضُ أُعِدَّتْ لِلْمُتَّقِينَ ﴾ [آل عمران : 133] ، ومن الأدعية المأثورة عن رسول ـ ﷺ ـ ، قال النبى ـ ﷺ ـ :

« سيد الاستغفار : اللهم أنت ربى لا إله إلا أنت ، خلقتنى وأنا عبدك ، وأنا على عهدك

ووعدك ما استطعت ، أعوذ بك من شر ما صنعت ، أبوء لك بنعمتك علىّ ، وأبوء بذنبى ، فاغفر لى فإنه لا يغفر الذنوب إلا أنت ، من قالها موقنا بها حين يمسى فمات من ليلته دخل الجنة ، ومن قالها موقناً بها حين يصبح فمات من يومه دخل الجنة » [رواه البخارى] وعن عبد الله بن عباس ـ رضى الله عنهما ـ قال : قال رسول ـ ﷺ ـ : **« من لزم الاستغفار جعل الله له من كل هم فرجاً ومن كل ضيق مخرجاً ، ورزقه من حيث لا يحتسب »** [رواه أبو داود والنسائى وابن ماجه] .

والمداومة على الاستغفار والتوبة تجعل القلب يقظاً حذراً قادراً على توجيه صاحبه إلى الطريق المستقيم وألا يعود إلى الذنوب والمعاصى مرة أخرى .

○ دوام استشعار الخوف والخشية والضعف والانكسار والذل إلى الله ـ سبحانه وتعالى ـ :

وتجنب الغرور حتى لا يترك للشيطان مَدْخلاً إلى نفسه ، يقول الله ـ تبارك وتعالى ـ : ﴿ يَا أَيُّهَا النَّاسُ أَنتُمُ الْفُقَرَاءُ إِلَى اللَّهِ وَاللَّهُ هُوَ الْغَنِيُّ الْحَمِيدُ ﴾ [فاطر : 15] ويصف الله ـ عز وجل ـ عباده المؤمنين بقوله : ﴿إِنَّ الَّذِينَ هُم مِّنْ خَشْيَةِ رَبِّهِم مُّشْفِقُونَ ﴾ [المؤمنون : 57] ، وقال الله تعالى : ﴿ وَبَشِّرِ الْمُخْبِتِينَ (٣٤) الَّذِينَ إِذَا ذُكِرَ اللَّهُ وَجِلَتْ قُلُوبُهُمْ وَالصَّابِرِينَ عَلَىٰ مَا أَصَابَهُمْ وَالْمُقِيمِي الصَّلاةِ وَمِمَّا رَزَقْنَاهُمْ يُنفِقُونَ ﴾ [الحج : 34] .

فكثرة الخشوع والإشفاق والخشية والانكسار إلى الله يقوى النفس على الاعتصام بحبل الله ، وكبح الهوى ، وعدم الغرور ، والمساءلة المستمرة .

○ **مجاهدة النفس ضد شهواتها وغرائزها** غير المنضبطة بشرع الله ـ سبحانه وتعالى ـ، وهذا يتطلب اليقظة الدائمة لمداومة السير فى الطريق المستقيم ، والابتعاد عن الطرق المعوجة ، والهداية ثمرة المجاهدة ، يقول الله ـ تبارك وتعالى ـ : ﴿ وَالَّذِينَ جَاهَدُوا فِينَا لَنَهْدِيَنَّهُمْ سُبُلَنَا وَإِنَّ اللَّهَ لَمَعَ الْمُحْسِنِينَ ﴾ [العنكبوت : 69] ، وإن مجاهدة النفس أشد

وأصعب من مجاهدة الأعداء ، ومن لم يستطع مجاهدة نفسه ، لايستطيع أن يذهب ويجاهد بهذه النفس الأعداء ليقتل أو يُقتَل .

○ **دوام معاتبة النفس ثم معاقبتها على تقصيرها** ، وهذا من أفضل الدواء لتقويم النفس ، وفي هذا المقام يقول الله ـ تبارك وتعالى ـ ﴿ فَلا تَلُومُونِي وَلُومُوا أَنفُسَكُم ﴾[إبراهيم : 22] ومن أقوال أبى بكر الصديق ـ رضى الله عنه ـ : (من مقت نفسه فى ذات الله ، آمنه الله من مقته) ، ومن أقوال عمر بن الخطاب لنفسه : عمر بن الخطاب أمير المؤمنين ، بخ بخ ، والله لتتقين الله ياابن الخطاب أو ليعذبنك ، ويقول ابن قدامة : (إن أعدى عدولك نفسك التى بين جنبيك ، وقد خلقت أمارة بالسوء ، ميالة للشر ، وقد أمرت بتقويمها وتزكيتها وفطامها عن مواردها ، وأن تقودها بسلاسل القهر إلى عبادة ربها ، فإن أهملتها جمحت وشردت ، ولم تظفر بها بعد ذلك ، وإن لزمتها بالتوبيخ رجونا أن تصير مطمئنة ، فلا تغفلن عن تذكيرها)[1] .

○ **تضخيم الذنوب والمعاصى** ، والإكثار من الطاعات لتكفيرها وإزالتها ، وعدم الوقوع فى غرور تضخيم العبادات والطاعات لأن ذلك من مداخل الشيطان ، إن تعظيم محارم الله ـ عز وجل ـ يجدد الإيمان ويقويه ، ويعين النفس على المعاتبة والعقاب الذاتى ، يقول الله ـ تبارك وتعالى ـ : ﴿ وَمَن يُعَظِّمْ شَعَائِرَ اللَّهِ فَإِنَّهَا مِن تَقْوَى الْقُلُوبِ ﴾ [الحج : 32] ، ولقد ورد عن رسول الله ـ ﷺ ـ : « *إياكم ومحقرات الذنوب ، فإنهن يجتمعن على الرجل حتى يهلكنه* » (رواه أحمد)

❑ [1ـ 8] ـ **خصائص النفس المطمئنة**

معنى النفس المطمئنة :

هى النفس التى يستشعر صاحبها أنه فى معية الله وأمنه ، سكنت إلى الله ـ سبحانه

(1) ابن قدامة ، « مختصر منهاج القاصدين » صفحة 377 .

وتعالى ـ، واطمأنت بذكره وأنابت إليه واشتاقت إلى لقائه، نفس منكسرة ذليلة إلى الله ـ عز وجل ـ، زاهدة فى هذه الحياة الدنيا الفانية ، وتقول الملائكة لأصحاب النفوس المطمئنة عند الموت : ﴿ يَا أَيَّتُهَا النَّفْسُ الْمُطْمَئِنَّةُ ﴿٢٧﴾ ارْجِعِي إِلَىٰ رَبِّكِ رَاضِيَةً مَّرْضِيَّةً ﴿٢٨﴾ فَادْخُلِي فِي عِبَادِي ﴿٢٩﴾ وَادْخُلِي جَنَّتِي ﴾ [الفجر : 27ـ30] ولقد ورد فى تفسير هذه الآية أن : أيتها النفس ارجعى إلى جوار الله ـ عز وجل ـ وثوابه ، ورضى الله عنها وأرضاها ، وهذه النفس تبشر عند الاحتضار وفى يوم القيامة بأنها فى جملة عباد الله الصالحين وستدخل الجنة ، كما أن الملائكة يبشرون المؤمن عند احتضاره وعند قيامه من قبره (1).

قال ابن عباس ـ رضى الله عنه ـ، فى بيان معنى النفس المطمئنة : (المطمئنة هى المصدقة) وقال قتادة : (هو المؤمن اطمأنت نفسه إلى ما وعد الله وصاحبها يطمئن فى باب معرفة أسمائه وصفاته إلى خبرة عما بعد الموت من أمور البرزخ وما بعده من أهوال القيامة، حتى كأنه يشاهد ذلك كله عياناً ثم يطمئن إلى قدر الله ـ عز وجل ـ فيسلم له ويرضى فلا يسخط ولا يشكو ولا يضطرب إيمانه فلا ييأس على مافاته ولا يفرح بما آتاه لأن المصيبة فيه مقدرة قبل أن تصل إليه) (2).

والنفس المطمئنة نفس يقظة ، وهذه اليقظة هى التى تجعل الإنسان يرى عيوبه وآفات عمله ، وما تقدم له من الجنايات والإساءات والتقاعد عن كثير من الحقوق والواجبات ، فتنكسر نفسه ، وتخشع جوارحه ، ويسير إلى الله ناكس الرأس بين مشاهدة نعمه ومطالعة أخطائه وعيوب نفسه ، ويرى أيضاً فى تلك اليقظة عزة وقته وخطره وأنه رأس مال سعادته فيبخل به فيما لا يقربه إلى ربه ، فإن فى إضاعتها الخسران والحسرة وفى خفضه الربح والسعادة ، وهذه آثار اليقظة وموجباتها وهى أول منازل النفس المطمئنة التى ينشأ منها سفرها إلى الله والدار الآخرة .

(1) تفسير ابن كثير ، المجلد الرابع ، صفحة 511 .
(2) دقائق الأخبار فى رقائق الأخيار ، صفحة 60 .

○ من خصائص النفس المطمئنة :

من خصائص النفس المطمئنة أنها يقظة معتصمة بالله تزداد اطمئنانا بذكر الله ـ سبحانه وتعالى ـ، كثيرة التوبة والاستغفار والإنابة ، مشتاقة إلى لقاء الله ـ عز وجل ـ، تبشرها الملائكة برضاء الله .

ولقد فصل أهل العلم من الصالحين خصائص النفس المطمئنة على النحو التالى :

○ **الرضا بقدر الله ـ عز وجل ـ** ولقد وصفهم الله ـ عز وجل ـ بقوله : ﴿الَّذِينَ تَتَوَفَّاهُمُ الْمَلائِكَةُ طَيِّبِينَ يَقُولُونَ سَلامٌ عَلَيْكُمُ ادْخُلُوا الْجَنَّةَ بِمَا كُنتُمْ تَعْمَلُونَ﴾[32 : النحل] ، وكان رسول الله ـ ﷺ ـ يدعو ويقول : « **اللهم أسألك الرضا بعد القضاء** » (رواه النسائى والحاكم) ، وفى الحديث الشريف يقول الرسول ـ ﷺ ـ : « ***ذاق طعم الإيمان من رضى بالله ربا ، وبالإسلام دينا ، وبمحمد ـ ﷺ ـ رسولاً*** » [متفق عليه]، ومن قال حين يسمع الأذان : « ***رضيت بالله ربا وبالإسلام دينا وبمحمد ـ ﷺ ـ رسولاً غفرت له ذنوبه*** » [رواه مسلم].

والرضا بقضاء الله من تمام العبودية ومن صفات الصالحين ، يقول الله ـ تبارك وتعالى ـ: ﴿ رَّضِيَ اللَّهُ عَنْهُمْ وَرَضُوا عَنْهُ ذَلِكَ لِمَنْ خَشِيَ رَبَّهُ ﴾ [البينة : 8] ومن ملأ قلبه بالرضا يخلص نفسه من الهم والغم والكرب والحزن ولا يترك نفسه لهواجس الشيطان ، والرضا مع اليقين يحققان للمسلم الأمن والسكينة ، ومن المأثور من الدعاء : « ***اللهم إنى أسألك نفساً بك مطمئنة ، تؤمن بلقائك ، وترضى بقضائك وتقنع بعطائك*** ».

○ **الخشية والخوف من الله ـ عز وجل ـ :** فالمسلم العابد لله دائماً شديد الخوف من الوقوع فى المعاصى والمحرمات ، وهذا دليل على صحة إيمانه ، يقول الله ـ تبارك وتعالى ـ: ﴿فَلا تَخَافُوهُمْ وَخَافُونِ إِن كُنتُم مُّؤْمِنِينَ ﴾[آل عمران : 175] ولقد وصف الله عباده المؤمنين بقول : ﴿إِنَّ الَّذِينَ هُم مِّنْ خَشْيَةِ رَبِّهِم مُّشْفِقُونَ ﴾[المؤمنون : 57]

ويقول الرسول ـ ﷺ ـ : « **إنى لأعلمكم بالله وأشدكم له خشية** » [رواه البخارى] ، وكلما ازداد الخوف من الله كلما ارتفعت منزلة العبد عند ربه ، ويؤكد ذلك المعنى الحديث الشريف : « **من خاف أدلج ، ومن أدلج بلغ المنزل ، ألا إن سلعة الله غالية ، ألا إن سلعة الله هى الجنة** » [رواه الترمذى]

○ **الرجاء فى رحمة الله ـ سبحانه وتعالى ـ**، ولقد وصف الله عباده الصالحين بخصلة الرجاء ، فقال الله ـ عز وجل ـ: ﴿ أُولَئِكَ يَرْجُونَ رَحْمَتَ اللَّهِ وَاللَّهُ غَفُورٌ رَحِيمٌ ﴾ [البقرة : 218] ومن دعاء الرسول ـ ﷺ ـ : « ***اللهم إنى أعوذ برضاك من سخطك ، وبمعافاتك من عقوبتك ، وبك منك ، لا أحصى ثناءً عليك أنت كما أثنيت على نفسك*** »

[رواه أحمد والترمذى] .

وفى الرجاء تأكيد للنفس البشرية أنها فى حاجة دائمة إلى الله ـ عز وجل ـ، ولا يمكن أن تستغنى عن رحمته وكرمه وفضله وتوفيقه .

ولايجوز التفريط فى الرجاء ، بالتمادى فى عمل الخطايا ، معتمداً على رحمة الله فهذا رجاء مذموم ، فالرجاء المحمود هو المقترن بالعمل الصالح الخالص لله ، مصداقاً لقول الله ـ تبارك وتعالى ـ : ﴿ فَمَن كَانَ يَرْجُو لِقَاءَ رَبِّهِ فَلْيَعْمَلْ عَمَلاً صَالِحًا وَلَا يُشْرِكْ بِعِبَادَةِ رَبِّهِ أَحَدًا ﴾[الكهف : 110] .

ولقد أكد رسول الله ـ ﷺ ـ على هذا ، فقال: « ***ليس الإيمان بالتمنى ولكن ما وقر بالقلب وصدقه العمل*** » [متفق عليه] فالرجاء لايصح إلا بالعمل .

○ **كثرة الاستغفار والتوبة والإنابة** ، فصاحب النفس المطمئنة ، يعظم من صغائر خطاياه وذنوبه ، ويفر إلى الله ـ عز وجل ـ ويستجير به طالباً الغفران ، معتذراً أو نادماً على ما فعل ، عازماً على أن لايعود إلى المعاصى مرة أخرى ، ويتبع ذلك بالإكثار من الطاعات ، وقد أمر الله ـ سبحانه وتعالى ـ عباده بالاستغفار والتوبة ، فيقول ـ عز

وجل ـ : ﴿ وأنِ استغفروا ربَّكُمْ ثُمَّ توبُوا إليهِ يُمتِّعكُم مَتاعًا حسنًا إلى أجلٍ مُسمًّى ﴾ [هود: ٣]، كما أمرنا الله أن تكون التوبة صادقة خالصة ، فقال ـ عز وجل ـ : ﴿يا أيُّها الَّذين آمنُوا تُوبُوا إلى اللَّهِ توبةً نصُوحًا عسىٰ ربُّكُمْ أن يُكفِّرَ عنكُمْ سيِّئاتكُمْ ويُدْخلكُمْ جنَّاتٍ تجْري من تحْتها الأنْهارُ يوم لا يُخْزي اللَّهُ النَّبيَّ والَّذين آمنُوا معهُ نورُهُمْ يسْعىٰ بيْن أيْديهمْ وبأيْمانهمْ يقُولُون ربَّنا أتْممْ لنا نُورنا واغْفرْ لنا إنَّك علىٰ كُلِّ شيْءٍ قديرٌ ﴾ [التحريم : 8] .

ويحب الله عباده التوابين ، فيقول : ﴿إنَّ اللَّهَ يُحبُّ التَّوَّابينَ ويُحبُّ الْمُتطهِّرين ﴾ [البقرة: 222] ومن وصايا الرسول ـ ﷺ ـ لعباد الله الصالحين ، كثرة الاستغفار والتوبة والإنابة ، يقول: **«ياأيها الناس توبوا إلى الله فوالله إنى لأتوب إليه فى اليو م أكثر من سبعين مرة »** [رواه البخارى ومسلم] ، ويقول ـ ﷺ ـ : **«لَلَّهُ أشد فرحاً بتوبة عبده المؤمن من رجل فى أرض دوية مهلكة ، معه راحلته ، عليها طعامه وشرابه ، فنام فاستيقظ وقد ذهبت فطلبها حتى أدركه العطش ، ثم قال : أرجع إلى مكانى الذى كنت فيه ، فأنام حتى أموت ، فوضع رأسه على ساعده ليموت ، فاستيقظ وعنده راحلته ، عليها زاده وطعامه وشرابه ، فالله أشد فرحاً بتوبة العبد المؤمن من هذا براحلته »** [رواه البخارى ومسلم] .

والتوبة لازمة وواجبة على الدوام ، لأن الإنسان لايخلو من ارتكاب المعاصى والذنوب ، ما ظهر منها ومابطن ، ماكبر منها وما صغر ، وفى الحديث الشريف يقول الرسول ـ ﷺ ـ : **« لا صغيرة مع الإصرار ولا كبيرة مع الاستغفار »** [رواه الديلمى عن ابن عباس ـ رضى الله عنهما ـ] .

○ **الاعتصام بالله ـ عز وجل ـ والفرار إليه** والاستسلام الكامل للنتائج ، والثقة بأن ماقدره الله ـ سبحانه وتعالى ـ هو الخير ، وطلب الحماية والنصرة والعون من الله واللجوء دائماً إليه ، ولقد أمرنا الله ـ عز وجل ـ بذلك فى كثير من الآيات فقال ـ عز وجل ـ : ﴿واعْتصمُوا باللَّهِ﴾[الحج : 78] ، وفى وصف المؤمنين الصالحين ورد قوله ـ تبارك وتعالى ـ : ﴿ إنَّ اللَّهَ يُدافعُ عنِ الَّذين آمنُوا ﴾ [النساء : 146] ، ولقد وعد الله ـ سبحانه

وتعالى ـ المعتصمين به بالرحمة والهداية إلى الطريق المستقيم ، فقال ـ سبحانه وتعالى ـ : ﴿ **فَأَمَّا الَّذِينَ آمَنُوا بِاللَّهِ وَاعْتَصَمُوا بِهِ فَسَيُدْخِلُهُمْ فِي رَحْمَةٍ مِّنْهُ وَفَضْلٍ وَيَهْدِيهِمْ إِلَيْهِ صِرَاطًا مُّسْتَقِيمًا** ﴾ [النساء : 175] ، وقال ـ عز وجل ـ : ﴿ **وَمَن يَعْتَصِم بِاللَّهِ فَقَدْ هُدِيَ إِلَىٰ صِرَاطٍ مُّسْتَقِيمٍ** ﴾ [آل عمران : 101]

وكلما يزداد الإنسان قرباً إلى الله يحميه الله ويدافع عنه وينصره ، مصداقاً لقوله : ﴿ **إِنَّ اللَّهَ يُدَافِعُ عَنِ الَّذِينَ آمَنُوا** ﴾ [الحج : 38] ولقد ورد بالحديث القدسي : « ***وماتقرب إلىّ عبدى بمثل ما افترضته عليه ، ولا يزال عبدى يتقرب إلىّ بالنوافل حتى أحبه فإذا أحببته كنت سمعه الذى يسمع به و بصره الذى يبصر به وكنت يده التى يبطش بها وكنت رجله التى يمشى عليها وإذا سألنى لأعطينه وإن استعاذنى لأعيذنه*** » .

○ **حسن التوكل على الله فى كل الأحوال بعد الأخذ بالأسباب** ، ملتزمة بالحق ، مستوفية لشروط الإيمان ، موقنة بأن الهدى والتوفيق والرشد من الله ـ عز وجل ـ ، ولقد وردت آيات فى القرآن الكريم تصف المتوكلين على الله بالإيمان ، يقول الله ـ عز وجل ـ ﴿ **وَعَلَى اللَّهِ فَتَوَكَّلُوا إِن كُنتُم مُّؤْمِنِينَ** ﴾ [المائدة : 23] ، وقوله ـ تبارك وتعالى ـ ﴿ **وَعَلَى اللَّهِ فَلْيَتَوَكَّلِ الْمُؤْمِنُونَ** ﴾ [آل عمران : 122] ومن يتوكل على الله حقاً وصدقاً ويقيناً يهديه الله ويكفيه ويقيه ، وفى هذا المقام يقول الله ـ عز وجل ـ : ﴿ **فَتَوَكَّلْ عَلَى اللَّهِ إِنَّكَ عَلَى الْحَقِّ الْمُبِينِ** ﴾ [النمل : 79] وقوله ـ سبحانه وتعالى ـ : ﴿ **وَمَن يَتَوَكَّلْ عَلَى اللَّهِ فَهُوَ حَسْبُهُ إِنَّ اللَّهَ بَالِغُ أَمْرِهِ قَدْ جَعَلَ اللَّهُ لِكُلِّ شَيْءٍ قَدْرًا** ﴾ [الطلاق : 3] .

وفى الحديث الشريف عن السبعين ألفاً الذين يدخلون الجنة بغير حساب ، يقول الرسول ـ ﷺ ـ : « ***هم الذين لا يسترقون ، ولا يتطيرون ، ولا يكتوون ، وعلى ربهم يتوكلون*** » [رواه البخارى ومسلم] .

ومن المأثور عن رسول الله فى الدعاء : « ***اللهم أسألك صدق التوكل عليك ، وحسن الظن بك*** » وعند الخروج من البيت يدعو المسلم ويقول : « ***بسم الله توكلت على الله ،***

ولا حول ولا قوة إلا بالله « يقال له : « هديت وكفيت ووقيت وتنحى عنه الشيطان » [رواه الترمذي وأبو داود] ويعتمد التوكل على الله إلى درجة عالية من الإخلاص لله وحسن الظن به والاستسلام والتفويض التام والرضا بما قدر ، فيصل إلى اطمئنان النفس وتجنب همزات الشياطين والتي تحدثه : لو كان كذا لكان كذا ، ولكن يقول قدر الله وماشاء فعل .

الإشفاق والخشوع والانخضاض والتذلل والتواضع لله ـ سبحانه وتعالى ـ، وهذا من ثمرات خشية الله والخوف منه ، رزق الله أصحاب هذه النفوس بالتقوى فى صدورهم فخشعت جوارحهم ، ولقد ورد فى وصفهم قول الله ـ تبارك وتعالى ـ: ﴿ **الَّذِينَ يَخْشَوْنَ رَبَّهُم بِالْغَيْبِ وَهُم مِّنَ السَّاعَةِ مُشْفِقُونَ** ﴾[الأنبياء : 49] تجدهم فى صلاتهم خاشعين مصداقاً لقوله ـ تبارك وتعالى ـ: ﴿**قَدْ أَفْلَحَ الْمُؤْمِنُونَ** ① **الَّذِينَ هُمْ فِي صَلاتِهِمْ خَاشِعُونَ** ﴾ [المؤمنون : 1 : 2] ويقول الرسول ـ ﷺ ـ : « . . ***وماتواضع أحد لله إلا رفعه*** » [رواه مسلم] ، والخشوع محله القلب وثمرته الجوارح ، يقول الرسول ـ ﷺ ـ عندما رأى رجلاً يعبث بلحيته فى الصلاة ، فقال : «***لو خشع قلب هذا لخشعت جوارحه***»

○ **الزهد فى الحياة الدنيا الفانية** ، غير متعلق بما فيها من مال ومتاع ، ولعب ولهو وزينة وتفاخر ومناصب ، بل يسخر كل هذا بما ينفعه فى الآخرة من خلال التقرب إلى الله ـ سبحانه وتعالى ـ، يؤمن صاحب النفس المطمئنة بقول الله ـ تبارك وتعالى ـ: ﴿**قُلْ مَتَاعُ الدُّنْيَا قَلِيلٌ وَالآخِرَةُ خَيْرٌ لِّمَنِ اتَّقَى** ﴾[النساء: 77] ، وقوله ـ عز وجل ـ: ﴿ **مَا عِندَكُمْ يَنفَدُ وَمَا عِندَ اللَّهِ بَاقٍ** ﴾ [النحل :96] ، وفى هذا المقام يصور الرسول ـ ﷺ ـ الدنيا بقوله :« ***إن الدنيا حلوة خضرة وإن الله مستخلفكم فيها فينظر كيف تعملون فاتقوا الدنيا واتقوا النساء*** »[رواه مسلم] .

ينظر صاحب النفس الراضية المطمئنة إلى هذه الحياة الدنيا على أنها فتنة وابتلاء يجب الحذر منها وعدم الركون إليها . . . ويوضح الله هذه الحقيقة بقوله : ﴿ **إِنَّ وَعْدَ اللَّهِ حَقٌّ فَلا تَغُرَّنَّكُمُ الْحَيَاةُ الدُّنْيَا وَلا يَغُرَّنَّكُم بِاللَّهِ الْغَرُورُ** ﴾ [لقمان :33] ، ولقد شبه رسول الله ـ ﷺ ـ

هذه الحياة الدنيا بالنسبة للآخرة بمثل ما يجعل أحدنا أصبعه فى البحر ، فيقول : « *ما الدنيا فى الآخرة إلا مثل ما يجعل أحدكم أصبعه فى اليمّ ، فلينظر بم يرجع* » [رواه مسلم] وأوصانا رسول الله ـ ﷺ ـ فقال : « *ياعبد الله كن فى الدنيا كأنك غريب أو عابر سبيل ، وعد نفسك من أهل القبور* »

ولتحقيق الزهد فى النفس البشرية ، يجب أن يكون الإنسان ورعاً متجنباً الوقوع فى الشبهات ، وكان الصحابة يَدَعُون سبعين باباً من الحلال ، مخافة الوقوع فى بابٍ من الحرام ، ومن ثمرات الزهد أنه يريح القلب والبدن .

وليس المراد بالزهد رفض نعم الله التى أخرج لعباده والطيبات من الرزق بل يعتمد عليها لتعينه على طاعة الله والتقرب إليه ولاتكون فى قلبه ولكن فى يده ، فنعم المال الصالح فى يد الرجل الصالح ، فالله ـ سبحانه وتعالى ـ يحبُّ أن يرى أثر نعمته على عباده .

○ تزكية الأنفس المطمئنة :

يحتاج أصحاب النفوس المطمئنة إلى زاد ليزدادوا به إيماناً مع إيمانهم ، ويزدادوا به حباً لله ولرسوله مع حبهم ، وهذه هى غاية الغايات ، فإذا وصلوا إلى هذا المقام ، استشعروا حلاوة الإيمان فى قلوبهم وتشوقوا إلى لقاء الله والنظر إلى وجهه الكريم ، يقول الله ـ عز وجل ـ فى هؤلاء : ﴿ يُحِبُّهُمْ وَيُحِبُّونَهُ ﴾ [المائدة : 54] ، ﴿ وَالَّذِينَ آمَنُوا أَشَدُّ حُبًّا لِّلَّهِ ﴾ [البقرة : 165] .

ومن الزاد اللازم لتزكية الأنفس المطمئنة بصفة خاصة مايلى :

○ **شدة اليقظة والحذر وعدم الغرور** ، والحرص على تدارك مابقى من العمر ـ والعزم على الإكثار من الطاعات والعبادات ودوام المحاسبة للنفس على مافرطت فى جنب الله ، يقول الله ـ عز وجل ـ : ﴿ وَلْتَنظُرْ نَفْسٌ مَّا قَدَّمَتْ لِغَدٍ ﴾ [الحشر : 18] ، ومن وصايا

الرسول ـ ﷺ ـ : « *الكيس من دان نفسه وعمل لما بعد الموت* » [رواه أحمد]

○ **تعظيم الصغائر من الذنوب** ، يقول الرسول ـ ﷺ ـ : « *لا صغيرة مع الإصرار ولا كبيرة مع الاستغفار* » [رواه الديلمى] ويقول ابن مسعود : « إن المؤمن يرى ذنوبه كأنها فى أصل جبل يخاف أن يقع عليه » [رواه البخارى ومسلم] ، ويكثر من الاستغفار والتوبة والإنابة ، يقول الله تبارك وتعالى : ﴿ وَإِنِّي لَغَفَّارٌ لِّمَن تَابَ وَآمَنَ وَعَمِلَ صَالِحًا ثُمَّ اهْتَدَى ﴾ [طه : 82] .

○ **دوام الخوف من الله عن معرفة وإيمان** ، ولاسيما الخوف من سوء الخاتمة عند الموت وكان رسول الله ـ ﷺ ـ يدعو فيقول : « *اللهم إنى أعوذ بك أن يتخبطنى الشيطان عند الموت* » [أخرجه أبو داود والنسائى] ، ويقول الرسول ـ ﷺ ـ أيضا : « *من خاف أدلج ومن أدلج بلغ المنزل ، ألا إن سلعة الله غالية ، إلا إن سلعة الله الجنة* » [رواه الترمذى]

○ **دوام التفكير فى آلاء الله وخلقه** ، يقول الله ـ تبارك وتعالى ـ فى وصف عباده الذاكرين : ﴿ وَيَتَفَكَّرُونَ فِي خَلْقِ السَّمَوَاتِ وَالأَرْضِ رَبَّنَا مَا خَلَقْتَ هَذَا بَاطِلاً سُبْحَانَكَ فَقِنَا عَذَابَ النَّارِ ﴾ [آل عمران : 191] ويقول الرسول ـ ﷺ ـ : « *تفكروا فى آلاء الله ولا تفكروا فى ذات الله* » [أخرجه الطبرانى والبيهقى] .

○ **دوام ذكر الموت وما بعده وما يتعلق به** ، يقول الله ـ عز وجل ـ : ﴿ كُلُّ نَفْسٍ ذَائِقَةُ الْمَوْتِ وَإِنَّمَا تُوَفَّوْنَ أُجُورَكُمْ يَوْمَ الْقِيَامَةِ ﴾ [آل عمران : 185] ، ويقول الرسول ـ ﷺ ـ : « **أكثروا ذكر هادم اللذات : الموت** » [رواه الترمذى]

○ **دوام زيارة القبور لترقيق القلوب** ، ولقد أمرنا الله بذلك فى قوله : ﴿ أَلْهَاكُمُ التَّكَاثُرُ ① حَتَّىٰ زُرْتُمُ الْمَقَابِرَ ﴾ [التكاثر : 1، 2] ، كما أوصانا رسول الله ـ ﷺ ـ بزيارة القبور ، فقال : « *كنت نهيتكم عن زيارة القبور ، فزوروها فإنها تذكركم بالآخرة* » [رواه

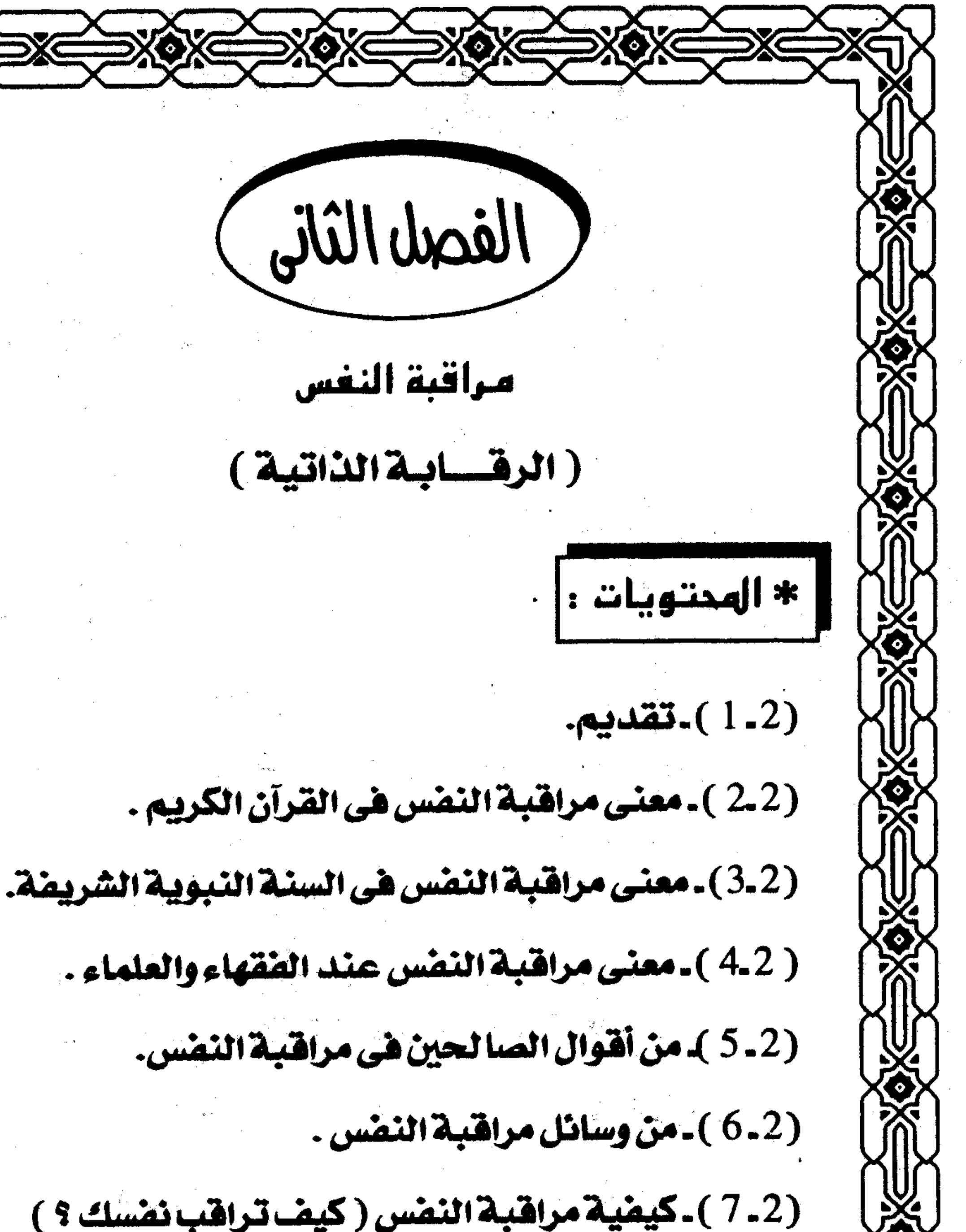
○ **قصر الأمل** ، فكلما قصر الأمل ، ازداد العمل للآخرة ، والاستعداد للموت يقول الله ـ تبارك وتعالى ـ : ﴿ وَمَا تَدْرِي نَفْسٌ مَّاذَا تَكْسِبُ غَدًا وَمَا تَدْرِي نَفْسٌ بِأَيِّ أَرْضٍ تَمُوتُ إِنَّ اللَّهَ عَلِيمٌ خَبِيرٌ ﴾ [لقمان : 34] ومن وصايا الرسول ـ ﷺ ـ لابن عمر ـ رضى الله عنهما ـ : «*كن فى الدنيا كأنك غريب أو عابر سبيل*» ، وكان ابن عمر يقول : «*إذا أمسيت فلا تنتظر الصباح ، وإذا أصبحت فلا تنتظر المساء ، وخذ من صحتك لمرضك ومن حياتك لموتك*» [رواه البخارى]

○ **مصاحبة الأخيار القاصدين وجه الله ، السائرين فى طريقه** ، أى صحبة الجماعة الصالحة التى قال الله عنها : ﴿وَاصْبِرْ نَفْسَكَ مَعَ الَّذِينَ يَدْعُونَ رَبَّهُم بِالْغَدَاةِ وَالْعَشِيِّ يُرِيدُونَ وَجْهَهُ وَلا تَعْدُ عَيْنَاكَ عَنْهُمْ تُرِيدُ زِينَةَ الْحَيَاةِ الدُّنْيَا وَلا تُطِعْ مَنْ أَغْفَلْنَا قَلْبَهُ عَن ذِكْرِنَا وَاتَّبَعَ هَوَاهُ وَكَانَ أَمْرُهُ فُرُطًا﴾[الكهف : 28] واعتزال أو مفاصلة الظالمين الضالين الجاهلين امتثالاً لأمر الله الذى قال : ﴿ فَلا تَقْعُدْ بَعْدَ الذِّكْرَىٰ مَعَ الْقَوْمِ الظَّالِمِينَ ﴾ [الأنعام : 68]

○ **دوام المجاهدة للهداية إلى الطريق المستقيم والثبات عليه** ، وفى هذا المقام يقول الله ـ تبارك وتعالى ـ : ﴿ وَالَّذِينَ اهْتَدَوْا زَادَهُمْ هُدًى وَآتَاهُمْ تَقْوَاهُمْ﴾[محمد : 17] ومن سبل المجاهدة دوام المعاتبة على التفريط فى جنب الله ـ عز وجل ـ ، وزيادة التكاليف من العبادات ولاسيما الذكر والدعاء .

وكل وسيلة من وسائل تزكية الأنفس السابقة مرتبطة بالأخرى ، ويجب على المؤمن أن يجتهد ، ويصون نفسه بالمواظبة على الأخذ بها ليسير فى منهاج القاصدين ، ويسلك مدارج السالكين ، وينجو بنفسه من شرور الضالين متوكلاً على الله رب العالمين .

** ** **



الفصل الثانى

مراقبة النفس

(الرقـــابـة الذاتية)

*** المحتويات :**

(2ـ1)ـ تقديم.

(2ـ2)ـ معنى مراقبة النفس فى القرآن الكريم .

(2ـ3)ـ معنى مراقبة النفس فى السنة النبوية الشريفة.

(2ـ4)ـ معنى مراقبة النفس عند الفقهاء والعلماء .

(2ـ5)ـ من أقوال الصالحين فى مراقبة النفس.

(2ـ6)ـ من وسائل مراقبة النفس .

(2ـ7)ـ كيفية مراقبة النفس (كيف تراقب نفسك ؟)

(2ـ8)ـ نماذج من مراقبة النفس من حياة الصحابة والصالحين .

مراقبة النفس (الرقابة الذاتية)

[2 ـ 1] ـ تقديم :

تحتاج النفس البشرية الأمارة بالسوء لكى تستيقظ وتفىء إلى الصراط المستقيم وتقلع عن الشر إلى مراقبة قوية مرتبطة بالترهيب من عذاب الله ، وهذا بداية الطريق للتغيير ، كما تحتاج النفس اللوامة إلى مراقبة دائمة من صاحبها لبيان المخالفات ثم العقاب حتى يطمئن صاحبها أنه قد أخطأ وتاب وأناب واستقام ، والنفس المطمئنة الراضية كذلك تحتاج إلى المراقبة لكى تزداد إيمانا وخشية من الله .

ومراقبة النفس لها مقومات ومقامات ، كما لها سبل ومدارج ، ولقد طبقها ثلة من الأولين وقليل من الآخرين ، كما أن لها برنامجاً ووردا عملياً يجب على كل إنسان الالتزام به وهذه الأمور جميعاً فى حاجة إلى بيان وتفصيل ، وبيان معالم التطبيق حتى تعين الإنسان على تقوى الله ، وتنهى النفس عن الهوى ، وهذا ماسوف نتناوله بالتفصيل فى هذا الفصل ـ إن شاء الله وقدر ـ .

(2 ـ 2) ـ معنى مراقبة النفس فى القرآن الكريم :

لقد ورد فى القرآن الكريم آيات كثيرة عن المراقبة نذكر منها على سبيل المثال ما يلى :

يقول الله ـ تبارك وتعالى ـ : ﴿إِنَّ اللَّهَ كَانَ عَلَيْكُمْ رَقِيبًا﴾[النساء : 1] ويقصد بذلك أن الله ـ سبحانه وتعالى ـ حفيظ محصى عليكم أعمالكم [1] ، ونفس المعنى ورد فى قوله ـ سبحانه وتعالى ـ : ﴿فَلَمَّا تَوَفَّيْتَنِي كُنتَ أَنتَ الرَّقِيبَ عَلَيْهِمْ وَأَنتَ عَلَىٰ كُلِّ شَيْءٍ شَهِيدٌ﴾[المائدة : 117] ، وفى قوله ـ تبارك وتعالى ـ : ﴿وَارْتَقِبُوا إِنِّي مَعَكُمْ رَقِيبٌ﴾ [هود : 93] وفى قوله ـ جل شأنه ـ : ﴿وَكَانَ اللَّهُ عَلَىٰ كُلِّ شَيْءٍ رَّقِيبًا﴾ [الأحزاب : 52]

---

(1) الطبرى « تفسير الطبرى » ، المجلد السابع ، صفحة 523 .

ولقد أشار القرآن إلى أن الله يبعث ملائكة لتسجيل تصرفات وسلوكيات الناس كأساس للمراقبة ، فقال ـ سبحانه وتعالى ـ: ﴿وَإِنَّ عَلَيْكُمْ لَحَافِظِينَ ﴿١٠﴾ كِرَامًا كَاتِبِينَ ﴿١١﴾ يَعْلَمُونَ مَا تَفْعَلُونَ﴾ [الانفطار : 10 ـ 11] وقال ـ عز وجل ـ : ﴿مَا يَلْفِظُ مِن قَوْلٍ إِلَّا لَدَيْهِ رَقِيبٌ عَتِيدٌ﴾ [ق : 18]

وتعنى مراقبة النفس فى القرآن الكريم أن الفرد المسلم يخشى الله سبحانه وتعالى فى كل تصرفاته وحركاته وسلوكه وهواجسه على دوام الأوقات ، ويؤمن إيمانا راسخاً بأن الله مطلع على ما يخفى وما يعلن ، ولذلك يقوم بمقارنة ما ينوى القيام به من عمل مع أوامر الله ونواهيه ، فينفذ العمل إذا كان صالحاً ولوجه الله خالصاً ، ويجتنبه إذا كان فيه معصية أو إثم أو هوى للنفس .

والقرآن الكريم حافل بالآيات الكريمة التى تدل على هذا المعنى فيقول الله ـ تبارك وتعالى ـ: ﴿ يَعْلَمُ خَائِنَةَ الْأَعْيُنِ وَمَا تُخْفِي الصُّدُورُ ﴾ [غافر : 19]، ويقول ـ جل شأنه ـ فى سورة أخرى : ﴿ أَلَمْ يَعْلَم بِأَنَّ اللَّهَ يَرَىٰ ﴾ [العلق : 14] ، ويقول ـ سبحانه وتعالى ـ: ﴿وَهُوَ مَعَكُمْ أَيْنَ مَا كُنتُمْ وَاللَّهُ بِمَا تَعْمَلُونَ بَصِيرٌ ﴾ [الحديد : 4] ، ويقول الحكيم الخبير : ﴿وَأَسِرُّوا قَوْلَكُمْ أَوِ اجْهَرُوا بِهِ إِنَّهُ عَلِيمٌ بِذَاتِ الصُّدُورِ ﴿١٣﴾ أَلَا يَعْلَمُ مَنْ خَلَقَ وَهُوَ اللَّطِيفُ الْخَبِيرُ﴾[الملك : 13 ـ 14] ويقول ـ الله تعالى ـ: ﴿بَلِ الْإِنسَانُ عَلَىٰ نَفْسِهِ بَصِيرَةٌ ﴿١٤﴾ وَلَوْ أَلْقَىٰ مَعَاذِيرَهُ ﴾ [القيامة : 13 ـ 14] ويقول ـ سبحانه وتعالى ـ: ﴿وَاعْلَمُوا أَنَّ اللَّهَ يَعْلَمُ مَا فِي أَنفُسِكُمْ فَاحْذَرُوهُ﴾ [البقرة : 235] ، ويقول ـ عز وجل ـ: ﴿أَفَمَنْ هُوَ قَائِمٌ عَلَىٰ كُلِّ نَفْسٍ بِمَا كَسَبَتْ ﴾ [الرعد : 33] .

وهذه الآيات تدل على أن النفس البشرية التى يؤمن صاحبها بالله رباً ، توقن بأنه جل شأنه ، مطلع عليها ، عليم بأسرار ها ، رقيب على أعمالها ، ولذلك يقوم الفرد بمراقبة نفسه ذاتياً عن طريق ضميره الحى اليقظ ، فيقوم بمقارنة ما يهم القيام به من فعل أو قول مع ما يجب القيام به فى ضوء الأحكام والقواعد المستنبطة من القرآن والسنة سواء كانت تتعلق بالعبادات أو بالمعاملات . . . فإذا ماتأكد ضميره واطمأن قلبه إلى شرعية ذلك استخار الله

ـ تبارك وتعالى ـ، ويقوم بتنفيذ ما ينوى القيام به قاصداً من وراء ذلك وجه الله سبحانه ذاكراً قوله : ﴿قُلْ إِنَّ صَلَاتِي وَنُسُكِي وَمَحْيَايَ وَمَمَاتِي لِلَّهِ رَبِّ الْعَالَمِينَ﴾ [الأنعام : 162].

والفرد المسلم المرتبط قلبه بالله والذى تخشع جوارحه لذكر الله ، قادر على التحكم فى نفسه الأمارة بالسوء ، ومتمكن من السيطرة على هواه ، ولذلك يراقب نفسه بنفسه . . يخاف الله فى كل تصرفاته وسلوكياته ، يقول الحق ـ تبارك وتعالى ـ فى هذا الخصوص : ﴿وَاعْلَمُوا أَنَّ اللَّهَ يَعْلَمُ مَا فِي أَنفُسِكُمْ فَاحْذَرُوهُ﴾ [البقرة : 235] ، ويقول أيضاً فى سورة أخرى : ﴿ إِنَّ الَّذِينَ يَخْشَوْنَ رَبَّهُم بِالْغَيْبِ لَهُم مَّغْفِرَةٌ وَأَجْرٌ كَبِيرٌ ﴾ [الملك : 12]، ويقول ـ تبارك وتعالى ـ : ﴿وَأَمَّا مَنْ خَافَ مَقَامَ رَبِّهِ وَنَهَى النَّفْسَ عَنِ الْهَوَىٰ ﴿٤٠﴾ فَإِنَّ الْجَنَّةَ هِيَ الْمَأْوَىٰ ﴾ [النازعات : 40ـ41]

ويؤمن المسلم بأنه سوف يحاسب أمامه يوم القيامة . . ففى ذلك خير ووقاء له من الوقوع أو الاقتراب مما نهى الله عنه .

❑ [2 ـ 3] ـ معنى مراقبة النفس فى السنة النبوية الشريفة :

لقد اهتم رسول الله ـ ﷺ ـ بمراقبة النفس كمنهج أساسى للتربية الإسلامية ، فيقول ـ ﷺ ـ : « ***اعبد الله كأنك تراه فإن لم تكن تراه فإنه يراك*** . . . »[رواه مسلم]

ويستنبط من هذا الحديث أن الفرد المسلم عليه أن يتذكر الله ويستحضر عظمته ويوقن أنه ـ جل شأنه ـ يراقبه فى كل تصرفاته وسلوكه .

ولقد ورد بالسنة النبوية الشريفة العديد من الأحاديث التى تفصل وتوضح معنى المراقبة الذاتية بواسطة الإنسان نفسه ، فيقول رسول الله ـ ﷺ ـ عندما سئل عن الإحسان ، قال : « ***أن تعبد الله : كأنك تراه فإن لم تكن تراه فإنه يراك*** »[رواه أحمد] ، فيجب على المسلم أن يلاحظ نفسه، ويستحضر عظمة الله ومراقبته فى كل حال ، كما ورد عن رسول الله ـ ﷺ ـ أنه قال : « ***مامنكم من أحد إلا ويسأله رب العالمين ، وليس بينه وبين الله***

حجاب ولا ترجمان»[رواه البخارى] . .

كما ورد بالسنة النبوية الشريفة أحاديث تشير إلى المراقبة بواسطة الغير ، من هذه الأحاديث قوله ـ ﷺ ـ : « ***من رأى منكم منكراً فليغيره بيده ، فإن لم يستطع فبلسانه ، فإن لم يستطع فبقلبه ، وذلك أضعف الإيمان*** »[رواه مسلم] ، وقال ـ عليه الصلاة والسلام ـ : «**لا ينبغى لمسلم شهد مقاماً فيه حق إلا تكلم به ، فإنه لا يقدم أجله ، ولا يحرمه رزقه**» [رواه مسلم]

ولقد روى عبادة بن الصامت عن رسول الله ـ ﷺ ـ أنه قال : « ***إذا أردت أمراً فتدبر عاقبته ، فإن كان رشداً فأمضه ، وإن كان غياً فانته عنه*** » وسياق هذا الحديث الكريم أنه يدل على أن الفرد المسلم يجب عليه أن يتدبر ويقوّم نتيجة أى فعل أو قول يهمّ القيام به ، فإن كانت النتيجة رشيدة تتفق مع ماشرعه الله فليمض إلى تنفيذه ، أما إذا كانت على غير ذلك فلا يقدم على ماهَمَّ به . . .

❑ [2ـ4] ـ معنى المراقبة عند الفقهاء والعلماء .

لقد تعددت أقوال الفقهاء والعلماء فى بيان معنى المراقبة ، فعلى سبيل المثال يقول أبو عثمان المغربى : « أفضل مايلزم الإنسان نفسه فى هذه الدنيا ، هو المحاسبة والمراقبة » وقال محمد بن الترمذى : « اجعل مراقبتك لمن لا يغيب نظره إليك ، واجعل شكرك لمن لا تنقطع نعمه عنك ، واجعل طاعتك لمن لاتستغنى عنه ، واجعل خضوعك لمن لاتخرج عن ملكه وسلطانه » وقال أحد الصالحين : « إذا كان سيدى الله رقيباً علىّ فلا أبالى بغيره » وقال أحد السالكين : « أفضل الطاعات مراقبة الحق على دوام الأوقات»، كما قال سفيان الثورى : « عليك بالمراقبة ممن لاتخفى عليه خافية ، وعليك بالرجاء ممن يملك الوفاء ، وعليك بالخوف ممن يملك العقوبة» .

ويقول الإمام أبو حامد الغزالى : وحقيقة المراقبة هى ملاحظة الرقيب وانصراف الهمّ

إليه ، فمن احترز من أمر من الأمور بسبب غيره يقال : إنه يراقب فلاناً ويراعى جانبه ، ويعنى بهذه المراقبة حالة للقلب يثمرها نوع من المعرفة وتثمر تلك الحالة أعمالاً فى الجوارح وفى القلب ، أما الحالة فهى مراعاة القلب للرقيب واشتغاله به والتفاته إليه وملاحظته إياه وانصرافه إليه ، أما المعرفة التى تثمر هذه الحالة فهى العلم بأن الله مطلع على الضمائر عليم بالسرائر رقيب على أعمال العباد ، قائم على كل نفس بما كسبت وأن سر القلب فى حقه مكشوف كما أن ظاهر البشر للخلق مكشوف ، بل أشد من ذلك فهذه المعرفة إذا صارت يقيناً [أعنى أنها خلت عن الشك] ثم استولت بعد ذلك على القلب قهرته فَرُبَّ علم لاشك فيه لايغلب على القلب كالعلم بالموت ، فإذا استولت على القلب استجرَّت القلب إلى مراعاة جانب الرقيب وصرفها همّه إليه ، والمؤمنون بهذه المعرفة هم المقربون وهم ينقسمون الى الصديقين والى أصحاب اليمين .

ويقول أبو ذر الغفارى ـ رضى الله عنه ـ : إن رسول الله ـ ﷺ ـ : « ***أوصانى أن أخشى الله كأنى أراه فإنه يرانى*** » [أخرجه ابن ماجة] .

وفى حديث ابن عمر أن رسول الله ـ ﷺ ـ أوصاه : « ***وإذا صليت فَصَلِّ صلاة مُوَدِّع*** » [متفق عليه]

ولقد مر رسول الله ـ ﷺ ـ بحارثة فقال له : « ***كيف أصبحت ياحارثة*** »؟قال : أصبحت مؤمناً حقاً ، قال : « ***انظر ماذا تقول : فإن لكل قول حقيقة*** » ، قال يارسول الله : عزفت نفسى عن الدنيا فأسهرتُ ليلى وأظمأتُ نهارى ، وكأنى أنظر إلى عرش ربى بارزاً ، وكأنى أنظر إلى أهل الجنة كيف يتزاورون فيها ، وكأنى أنظر إلى أهل النار كيف يتضاغَوْن فيها ، قال : « ***أبصَرْتَ فالزم عبد نوَّرَ الله الإيمان فى قلبه*** » [رواه الطبرانى] .

❑[٣ ـ ٥] ـ من اقوال الصالحين فى مراقبة النفس .

○ روى أن أناساً مَدَحُوا أبا بكر الصديق ـ رضى الله عنه ـ فقال لهم : « ***الله أعلم بنفسى من نفسى ، وأنا أعلم بنفسى منكم ، فأستغفر الله مما لاتعلمون ، وأسأله ألا***

يؤاخذني بما تقولون ».

○ قال ابن المبارك لرجل يعظه : (راقب الله تعالى)، فسأله عن تفسيرها فقال : كن أبداً كأنك ترى الله عز وجل .

○ كان الإمام أحمد ـ رضى الله عنه ـ ينشد فيقول :

إذا ما خلوت الدهر يوماً فلاتقل * خلوت ولكن قل عليَّ رقيبُ

ولا تحسبن الله يغفل ساعة * ولا أن ما تخفى عليه يغيبُ

ألم تر أن اليوم أسرعُ ذاهب * وأن غداً للناظرين قريبُ؟

○ وقال عبد الواحد بن زيد : « إذا كان سيدى رقيباً عليَّ لا أبالى بغيره »

○ وقال ابن عطاء : « أفضل الطاعات مراقبة الحق على دوام الأوقات »

وقال الجريرى : (أمرُنا هذا مبنيٌّ على أصلين ، أن تلزم نفسك المراقبة لله ـ عز وجل ـ ويكون العلم على ظهرك قائما).

وقال عثمان : قال لى أبو حفص : إذا جلست للناس فكن واعظاً لنفسك وقلبك ، ولا يغرنك اجتماعهم عليك ، يراقبون ظاهرك ، والله رقيبٌ على باطنك.

وقال ابن قدامة : « وينبغى أن يراقب الإنسان نفسه قبل العمل وفى العمل ، هل حركه إليه هوى النفس أو المحرك له هو الله تعالى خاصة؟ ، فإن كان لله تعالى ، أمضاه ، وإلا تركه وهذا هو الإخلاص »(1).

وقال الحسن البصرى : « رحم الله عبداً وقف عند همه ، فإن كان لله أمضى ، وإن كان لغيره تأخر »

وقال وهب بن منبه فى حكمة آل داود : « حق على العقل أن لايُشغل عن أربع

(1) ابن قدامة ، « مختصر منهاج القاصدين » مكتبة دار التراث ، 1698 هـ صفحة 372 ـ 373 .

ساعات : ساعة يناجي فيها ربه ، وساعة يحاسب فيها نفسه ، وساعة يفضى فيها إلى إخوانه الذين يخبرونه بعيوبه ، ويصدقونه عن نفسه ، وساعة يخلى بين نفسه وبين لذاتها فيما يَحلُّ ، فإن هذه الساعة عون على هذه الساعات وإجمام للقوة ، وهذه الساعة التى هو مشغول فيها بالمطعم والمشرب ، لاينبغى أن تخلو عن عمل هو أفضل الأعمال وهو الذكر والفكر ، فإن الطعام الذى يتناوله ، فيه من العجائب ما لو تفكر فيه كان أفضل من كثير من أعمال الجوارح »[1].

وتعتبر اليقظة من مقومات المراقبة ، يقول عنها ابن القيم ـ رحمه الله ـ : « هى انزعاج القلب لروعة الانتباه من رقدةالغافلين ، وهذه اليقظة لها أهميتها وأثرها فى السلوك ، فهى تنقل صاحبها إلى العزم على السير فيترك كل معوق ويأخذ بكل مايعين ، وبحسب يقظته يكون عزمه واستعداده »[2].

ويقول الأستاذ صلاح شادى : « مراقبة النفس ضرورة عقلية ، يقتضيها علم العبد وتيقنه بإطلاع الحق ـ سبحانه وتعالى ـ على ظاهره وباطنه ، وعلامة هذه المراقبة : إيثار ما أنزل الله وتعظيم ما عظم الله ، وتصغير ماصغر الله ، وهذه المراقبة تهديك إلى الصراط السوى فى سيرك إلى الله بين الخوف والرجاء ، فإذا حركك الرجاء إلى الطاعة ، وباعدك الخوف من المعصية ، فإن المراقبة تحكم طريقك بين الرجاء المضيع للتكليف ، والخوف الميئس من العمل »[3].

❑ [2 ـ 6] ـ من وسائل مراقبة النفس :

تعتمد مراقبة النفس على القيم الإيمانية الكائنة فى قلب الإنسان والتى أيقظت ضميره ليكون أداة أو وسيلة للمراقبة الذاتية الفعالة : من هذه القيم مايلى :

(1) نقلا عن المرجع السابق ، صفحة 373.

(2) ابن قيم الجوزية ، « مختصر مدارج السالكين » ، صفحة 37.

(3) صلاح شادى ، « تأملات فى كتاب مدارج السالكين لابن قيم الجوزية » ، دار الوفاء ، 1406هـ. 1985 م ، صفحة 59.

1 ـ الإيمان والاعتقاد بأن الله يراقب جميع الناس فى جميع تصرفاتهم وفى كل الأحوال ولقد وضح الله تعالى ذلك بقوله: ﴿ وَهُوَ مَعَكُمْ أَيْنَ مَا كُنتُمْ وَاللَّهُ بِمَا تَعْمَلُونَ بَصِيرٌ﴾[الحديد :4] . وقوله ـ سبحانه وتعالى ـ: ﴿أَلَمْ تَرَ أَنَّ اللَّهَ يَعْلَمُ مَا فِي السَّمَوَاتِ وَمَا فِي الأَرْضِ مَا يَكُونُ مِن نَّجْوَىٰ ثَلاثَةٍ إِلاَّ هُوَ رَابِعُهُمْ وَلا خَمْسَةٍ إِلاَّ هُوَ سَادِسُهُمْ وَلا أَدْنَىٰ مِن ذَٰلِكَ وَلا أَكْثَرَ إِلاَّ هُوَ مَعَهُمْ أَيْنَ مَا كَانُوا ثُمَّ يُنَبِّئُهُم بِمَا عَمِلُوا يَوْمَ الْقِيَامَةِ إِنَّ اللَّهَ بِكُلِّ شَيْءٍ عَلِيمٌ ﴾[المجادلة :7] ، وقال رسول الله ـ ﷺ ـ : « ***اعبد الله كأنك تراه ، فإن لم تكن تراه فإنه يراك*** » [رواه مسلم].

2 ـ الإيمان بأن هناك ملائكة تقوم بتسجيل كل مايقوم به الإنسان فى السجلات ، وقد وردت فى القرآن الكريم آيات كثيرة فى ذلك ، منها ماورد فى قوله تعالى : ﴿ وَلَقَدْ خَلَقْنَا الإِنسَانَ وَنَعْلَمُ مَا تُوَسْوِسُ بِهِ نَفْسُهُ وَنَحْنُ أَقْرَبُ إِلَيْهِ مِنْ حَبْلِ الْوَرِيدِ ﴿١٦﴾ إِذْ يَتَلَقَّى الْمُتَلَقِّيَانِ عَنِ الْيَمِينِ وَعَنِ الشِّمَالِ قَعِيدٌ ﴿١٧﴾ مَا يَلْفِظُ مِن قَوْلٍ إِلاَّ لَدَيْهِ رَقِيبٌ عَتِيدٌ﴾ [ق: 16ـ17] وفى قوله ـ تبارك و تعالى ـ : ﴿وَنَكْتُبُ مَا قَدَّمُوا وَآثَارَهُمْ وَكُلَّ شَيْءٍ أَحْصَيْنَاهُ فِي إِمَامٍ مُّبِينٍ ﴾ [يس : 31] وفى قوله ـ تبارك وتعالى ـ: ﴿ وَإِنَّ عَلَيْكُمْ لَحَافِظِينَ ﴿١٠﴾ كِرَامًا كَاتِبِينَ ﴿١١﴾ يَعْلَمُونَ مَا تَفْعَلُونَ﴾ [الانفطار :10ـ12]

3 ـ الخشية من الله والحرص على مرضاته ، فإذا وجد الضمير الحى اليقظ فإنّه لايجعل صاحبه يحيد عن المنهج المرسوم ، وهذه هى التى يطلق عليها اسم الرقابة الذاتية المانعة ويؤيدها قول الرسول ـ ﷺ ـ حينما سأله سائل ما الإحسان ؟ قال : « ***أن تعبد الله كأنك تراه فإن لم تكن تراه فإنه يراك*** »[رواه مسلم]

4 ـ الإيمان بأن من حق الناس المراقبة والأمر بالمعروف والنهى عن المنكر ، فإذا وجد الفرد أحد الناس ينحرف عن الطريق المستقيم وجب عليه أن يقوّمه ويهديه ويرشده وينصحه وقد قال الله تعالى فى ذلك : ﴿وَلْتَكُن مِّنكُمْ أُمَّةٌ يَدْعُونَ إِلَى الْخَيْرِ وَيَأْمُرُونَ بِالْمَعْرُوفِ وَيَنْهَوْنَ عَنِ الْمُنكَرِ ﴾ [آل عمران : 104] ، وقال ـ جل شأنه ـ: ﴿ وَالْمُؤْمِنُونَ وَالْمُؤْمِنَاتُ

بَعْضُهُمْ أَوْلِيَاءُ بَعْضٍ يَأْمُرُونَ بِالْمَعْرُوفِ وَيَنْهَوْنَ عَنِ الْمُنكَرِ ﴾ [التوبة : 71] ، وحديث الرسول ـ ﷺ ـ في قوله : « ***من رأى منكم منكراً فليغيره بيده فإن لم يستطع فبلسانه فإن لم يستطع فبقلبه وذلك أضعف الإيمان*** » [رواه أحمد] .

هذه القوى الإيمانية هي التي تدفع المؤمن إلى مراقبة نفسه بنفسه وهي موجودة ، وتحتاج إلى تزكية عن طريق الإكثار من ذكر الله وقراءة القرآن وصلاة التهجد والخلوة مع الله وتذكر الموت والقبر ويوم الحساب ، كما يجب عليه أن يلازم عباد الله الصالحين وذلك على النحو الذي سوف نتعرض له فيما بعد عند الحديث عن أمراض النفس وعلاجها .

❑ [2 ـ 7] ـ كيفية مراقبة النفس .

لابد للمؤمن أن يجعل من نفسه رقيباً على نفسه ، حتى يطمئن قلبه أن الأعمال التي ينوي القيام بها أو يقوم بها صالحة ولوجه الله خالصة ، ولكن كيف يتحقق ذلك ؟

أولاً : بالفهم الصحيح للإسلام ومعرفة قواعده وأحكامه ومشارطاته التي يجب الالتزام بها في علاقته مع الله ـ عز وجل ـ ومع إخوانه ومع المجتمع الذي يعيش فيه .

ثانياً : بالوقفة مع النفس قبل التنفيذ للاطمئنان من أن العمل المزمع القيام به صالحاً ولوجه الله خالصاً ، وهذا ماأشارت إليه الآية الكريمة : ﴿ **بَلِ الإِنسَانُ عَلَىٰ نَفْسِهِ بَصِيرَةٌ** ﴾[القيامة : 14] وقول الرسول ـ ﷺ ـ : « ***إذا هممت بأمر فتدبر عاقبته فإن كان رشداً فأمضه وإن كان غيًا فانته عنه*** » . [رواه عبادة بن الصامت]

وحيث إن هذه الوقفة تمنع الوقوع في الخطيئة والإثم وتعتبر جهاداً ووقاءً للنفس وهذه تسمى أحياناً بالمحاسبة قبل العمل أو المراقبة المانعة .

ثالثاً ـ متابعة العمل الذي بدأ الإنسان عمله للاطمئنان من أنه يسير حسب المشارطات ، وعندما ينحرف عنها يتولى بنفسه تصحيح المسار ، كما أن في هذه المرحلة الاستجابة لنصائح الصالحين من إخوانه ، فالمسلم مرآة أخيه ، والدين النصيحة .

ويجب على المؤمن دراسة أسباب الأخطاء والانحرافات حتى يكون على بصيرة من نفسه عند العلاج .

رابعاً-التقويم الذاتى للنفس : حيث يُقَوِّمُ المؤمن نفسه ذاتياً أو بواسطة جماعة الأمر بالمعروف والنهى عن المنكر حيث يبصرون الفرد ويُقَوِّمون أداءه حسب ماظهر لهم ، فإذا كان سلوك الفرد حسناً ووفقاً لشرع الله يحظى باحترام المجتمع الذى يعيش فيه ويحيا حياة طيبة ، وأما إذا كان سلوك الفرد مخالفاً للشريعة الإسلامية نبذه أو يجب أن ينبذه المجتمع وبذلك يعيش حياة ضنكاً .

كما يعتقد المسلم بأن هناك حسابًا فى الآخرة ، حيث لم يترك الله - سبحانه وتعالى - المنحرف بدون جزاء بل أعد له تقريراً موضحاً به كل مافعله فى حياته الدنيا ، كذلك المخالفات والأخطاء التى ارتكبها وبذلك يلقى كل إنسان جزاءه سواء كان ثواباً أو عقاباً إقرأ - إن شئت - قوله تعالى - : ﴿فَمَن يَعْمَلْ مِثْقَالَ ذَرَّةٍ خَيْراً يَرَهُ (٧) وَمَن يَعْمَلْ مِثْقَالَ ذَرَّةٍ شَراً يَرَهُ﴾ [الزلزلة : 7-8] ، وقوله - سبحانه وتعالى - : ﴿وَنَضَعُ الْمَوَازِينَ الْقِسْطَ لِيَوْمِ الْقِيَامَةِ فَلا تُظْلَمُ نَفْسٌ شَيْئًا وَإِن كَانَ مِثْقَالَ حَبَّةٍ مِّنْ خَرْدَلٍ أَتَيْنَا بِهَا وَكَفَىٰ بِنَا حَاسِبِينَ﴾ [الأنبياء : 47] ، وقوله - عز وجل - : ﴿وَكُلَّ إِنسَانٍ أَلْزَمْنَاهُ طَائِرَهُ فِي عُنُقِهِ وَنُخْرِجُ لَهُ يَوْمَ الْقِيَامَةِ كِتَابًا يَلْقَاهُ مَنشُورًا (١٣) اقْرَأْ كِتَابَكَ كَفَىٰ بِنَفْسِكَ الْيَوْمَ عَلَيْكَ حَسِيبًا﴾ [الإسراء : 13-14] ، وقوله - سبحانه وتعالى - : ﴿لِيَجْزِيَ اللَّهُ كُلَّ نَفْسٍ مَّا كَسَبَتْ إِنَّ اللَّهَ سَرِيعُ الْحِسَابِ﴾ [إبراهيم : 51] .

○ كيف تعيش مع النفس بالمراقبة ؟(1)

يقول الأستاذ / صلاح شادى - رحمه الله - فى كتابه : تأملات فى كتاب مدارج السالكين لابن قيم الجوزية : « مراقبة النفس تقتضى مراقبتين »

(1) - العلم بمراقبة الله لها بالتحقيق بأسماء الرقيب والحفيظ والعليم والسميع

(1) صلاح شادى ، « تأملات فى كتاب مدارج السالكين » ، دار الوفاء 1406 هـ / 1985 م ، صفحات من 59 - 64 .

والبصير، مع استحضار التعظيم لذاته ، وكذلك بالتعرف على قدرته فى الإيجاد والإعداد والإمداد .

(2) ـ التعرف على الهواتف الداعية فى النفس وهى :

أ / داعى الله بالهداية .

ب / داعى النفس بالهوى .

جـ / داعى الشيطان بالغواية .

فإذا علمت حقيقة هذه الهواتف الثلاثة فى داخلك ، تَعَيَّن أن تعلم أن مفهوم المراقبة إنما يبدأ من الإنسان عندما ترتبط هذه الهواتف بالأعمال والأقوال والمشاعر ، التى هى فى مجموعها مظاهر حياة الإنسان كاملة .

❑ [2 ـ 8] ـ نماذج من مراقبة النفس من حياة الصحابة والصالحين:

• راعى الغنم وعمر بن الخطاب :

قال عبد الله بن دينار : خرجت مع عمر بن الخطاب إلى مكة فعرسنا ببعض الطريق ، فانحدر علينا راع من الجبل ، فقال له عمر : ياراعى : بعنى شاة من هذه الغنم ، فقال الراعى : إنى مملوك ، فقال عمر : قل لسيدك : أكلها الذئب ، فقال العبد : فأين الله ؟ فبكى عمر ، ثم غدا على سيد الراعى فاشتراه منه وأعتقه ، وقال : أعتقتك فى الدنيا هذه الكلمة ، وأرجو أن تعتقك فى الآخرة .

«تتضمن هذه القصة معانى كثيرة من بينها أن الفرد المسلم الذى تربى وفقاً لمنهج رسول الله لايخاف من الناس ، ولاتشدهم الدنيا ولايغريهم المال لأن ماعند الله خير وأبقى ، هؤلاء تربوا فى مدرسة الإسلام فأصبحوا يخشون الله ولا يخشون الحكام .

○ بائعة اللبن وعمر بن الخطاب :

قال أسلم : بينما أنا مع عمر بن الخطاب وهو يعس يتلمس أحوال رعيته بالمدينة . .

فاتكأ على جانب جدار فى جوف الليل . . وإذا امرأة تقول لابنتها : قومى إلى ذلك اللبن فامذقيه [اخلطيه] بالماء ، قالت الفتاة لأمها : أو ماعلمت بما كان من عزم أمير المؤمنين ؟ فقالت الأم : وماذا كان من عزمه يابنية ؟ قالت الفتاة : إنه أمر مناديه فنادى : لايشاب [لايخلط] اللبن بالماء ، قالت الأم لابنتهاساخرة : يابنيتى ! ! قومى إلى اللبن فامذقيه بالماء ! ! إنك فى موضع لايراه عمر ولا منادى عمر ، قالت لأمها غاضبة : لايا أماه ! ! ماكنت لأطيعه فى الملأ وأعصيه فى الخلاء ، وهل يغيب عنا رب عمر ، إذا غاب عمر ؟ ، وقد سمع عمر هذا الحوار كله . . فقال لأسلم : علم الباب . . واعرف الموضع ، ثم مضى عمر فلما أصبح قال : ياأسلم. امض إلى الموضع فانظر : من القائلة . . ومن المقول لها ؟ وهل لها من بعل « زوج » ؟ فأتيت الموضع فإذا الجارية لابعل لها وكذلك أمها فأخبرتُ عمر ، فجمع أولاده وقال لهم : هل فيكم من يحتاج إلى امرأة فأزوجه ؟ لوكان بأبيكم حركة إلى النساء ماسبقه منكم أحد إلى هذه الجارية ، وكان للجميع عدا عاصم بن عمر فتزوجها ثم ولدت له بنتاً وولدت هذه البنت عمر بن عبد العزيز ـ رضى الله عنه ـ.

○ قصة الشيخ والغلام والطير :

حكى أنه كان لبعض المشايخ تلميذٌ شابٌ ، وكان يكرمه ويقدمه فقال له بعض أصحابه : كيف تكرم هذا وهو شاب ونحن شيوخ ؟ فدعا بعدة طيور وناول كل واحد منهم طائراً وسكينا وقال : ليذبح كل واحد منكم طائره فى موضع لايراه أحد ، ودفع إلى الشاب قبل ذلك وقال له كما قال لهم ، فرجع كل واحد منهم بطائره مذبوحاً ، ورجع الشاب والطائر حى فى يده ، فقال مالك : لِمَ تذبح كما ذبح أصحابك ؟ فقال : لم أجد موضعاً لايرانى فيه أحد ، إذ وجدت الله مطّلعاً علىَّ فى كل مكان ، فاستحسنوا منه هذه

المراقبة وقالوا: حُقَّ لك أن تكرم [1] .

○ بائع القماش وغلامه [2] :

كان لمحمد بن المنكدر شقق [وهى قطع من الثياب] ، بعضها بخمسة دراهم وبعضها بعشرة . . فباع غلامه فى غيبته شقة من الخمسيات بعشرة . . فلما عرف محمد بن المنكدر ذهب يبحث عن ذلك الأعرابى المشترى طوال النهار حتى وجده .

فقال له : إن الغلام قد أخطأ فباعك مايساوى خمسة بعشرة فقال الأعرابى : ياهذا قد رضيت . . فقال محمد بن المنكدر : وإن رضيت فأنا لاأرضى لك إلاّ ما نراه لأنفسنا . فاختر إحدى ثلاث خصال :

- إما أن تأخذ شقة من العشريات بدراهمك .
- وإما أن نرد عليك خمسة دراهم .
- وإما أن ترد شقتنا وتأخذ دراهمك .

فقال الأعرابى : « أعطنى خمسة دراهم »

فرد عليه محمد بن المنكدر خمسة دراهم وانصرف الأعرابى يسأل ويقول : ـ من هذا الشيخ ؟ . . فقيل له : هذا محمد بن المنكدر .

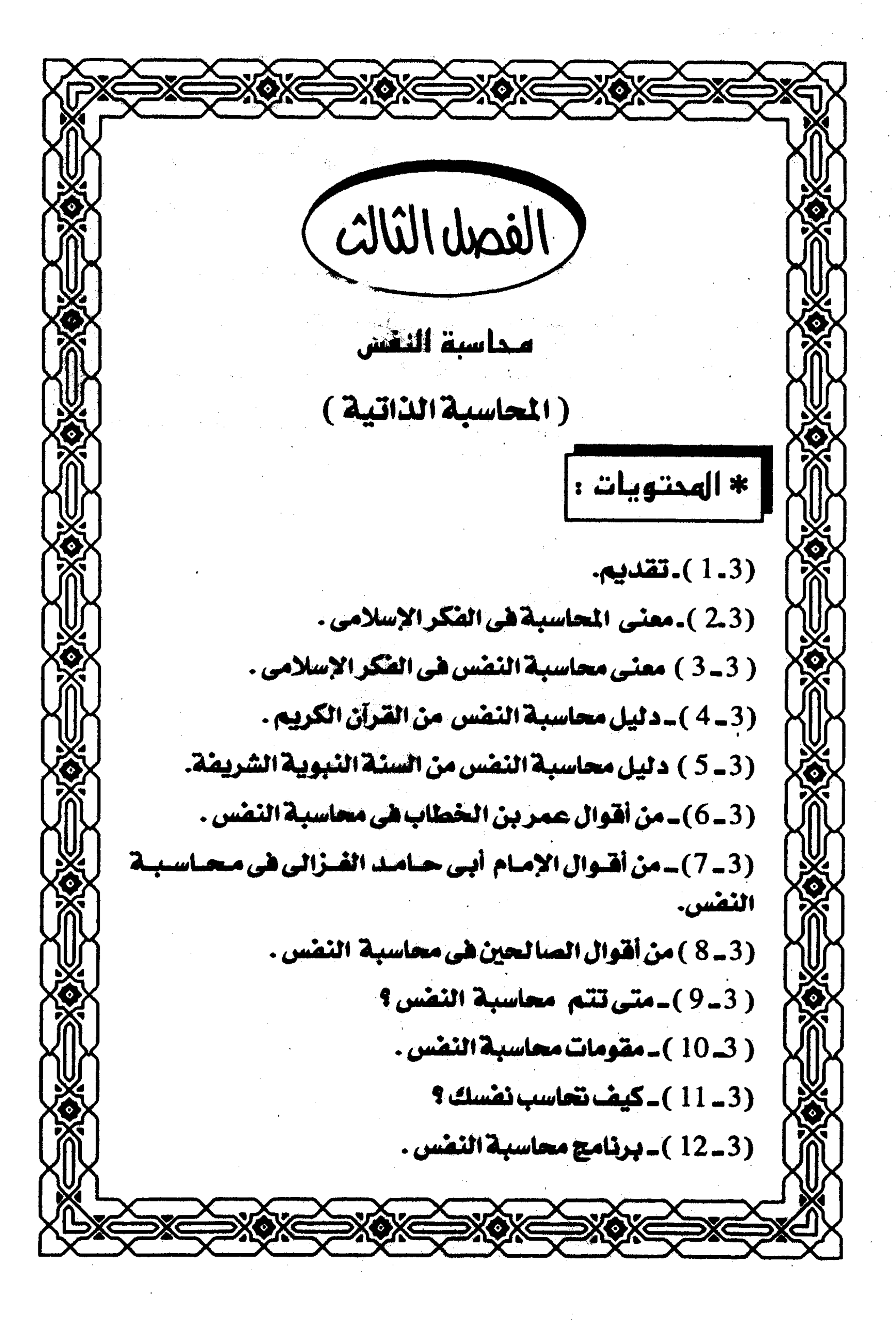
إن الدعوة إلى الله ـ عز وجل ـ تحتاج إلى أمثال هذا الرجل الذى يبحث عن الأعرابى طوال النهار من أجل تبرئة ذمته أمام الحى القيوم ، ولو فعلها الغلام فى عصرنا الحالى لرضى صاحب العمل بما يفعله الغلام وأعطاه مكافأة على صنيعه وهو يقول له « إن لم تكن ذئباً أكلتك الذئاب » .

(1) الإمام أبو حامد الغزالى « إحياء علوم الدين » ، المجلد الرابع ، صفحة 421 .
(2) نجيب خالد الغامرى « مواقف إيمانية » مكتبة المنار ، الطبعة الثانية صفحة 15 ـ 16 .

ولكن كل ذلك لم يدر فى خلد محمد بن المنكدر وكان اللجوء إلى الحق هو شغله الشاغل وتحرى الحلال فى البيع ، والحلال فى الشراء . . وفى المأكل وفى المشرب كل ذلك لا يغفلون عنه قيد أنملة .

فالصنيع الذى فعله محمد بن المنكدر بلاشك سيتداوله الأعرابى وينقله إلى معارفه وغيرهم . . والدليل على ذلك أنه سأل عن اسم هذا الشيخ مباشرة . . وهانحن ننقله كما نقلته الكتب من قبلنا . . وهذا بلا شك مكسب عملى للسلوك الإسلامى . . ومكسب للدعوة الإسلامية قبل أن يكون مكسباً لمحمد بن المنكدر .

* * * * * *



الفصل الثالث

محاسبة النفس

(المحاسبة الذاتية)

* المحتويات :

محاسبة النفس
(المحاسبة الذاتية)

❑ [3 ـ 1] تقديم :

من أهم سمات النفس المؤمنة الورعة الوجلة ، المحاسبة على التصرفات والأفعال ، ماظهر منها ومابطن ، وذلك حتى تتأكد أنها تسير على الطريق المستقيم الذى حدد معالمه القرآن الكريم ، ووضحه رسول الله ـ ﷺ ـ ، وسار عليه السلف الصالح ومن والاهم ، وحتى يبين لها الخطأ والانحراف عن ذلك الطريق فتعرف السبب وتعود إلى الحق ، وتتمسك به ، حتى لاتضل فتشقى .

والمسلم الذى صح إسلامه هو القادر على محاسبة نفسه ، والتحكم فى تصرفاته وأفعاله ، والعاقل الكيس من لام نفسه وعاتبها إذا ماأخطأت ، لأنه يخشى يوم الحساب الأعظم أمام الله الحسيب القدير .

وسوف نوضح فى هذا الفصل مدلول المحاسبة فى الإسلام وأنواعها ، يلى ذلك توضيح معنى محاسبة النفس [المحاسبة الذاتية] فى ضوء القرآن والسنة ، وكيف كان الصحابة ـ رضوان الله عليهم ـ يحاسبون أنفسهم ؟ ، ثم بعد ذلك نعرض أهم مقوماتها وركائزها ، وكيف يحاسب نفسه بنفسه ، ويختص الجزء الأخير من هذا الفصل بإعطاء نماذج إسلامية لمحاسبة النفس من حياة الصحابة .

❑ [3 ـ 2] ـ معنى المحاسبة فى الفكر الإسلامى :

يختلف مدلول كلمة « المحاسبة » باختلاف المواضع المستخدمة فيها ، سواء فى القرآن أو فى السنة النبوية الشريفة . ولها معنيان أساسيان هما :

○ المعنى الأول : المحاسبة بمعنى المساءلة .

وهذا المعنى يدور حول مساءلة النفس ومناقشتها ثم الجزاء فى ضوء المحصى من أعمال وتصرفات وفى ضوء المتفق عليه من مشارطات ، وتتم المساءلة بواسطة الإنسان ذاته « محاسبة ذاتية » ، أو بواسطة الغير ، أو بواسطة الله ـ عز وجل ـ يوم القيامة ، وأساس هذا المعنى من القرآن الكريم ، قول الله ـ تبارك وتعالى ـ : ﴿ وَإِن تُبْدُوا مَا فِي أَنفُسِكُمْ أَوْ تُخْفُوهُ يُحَاسِبْكُم بِهِ اللَّهُ ﴾ [البقرة : 284] ، وقوله ـ عز وجل ـ : ﴿ وَكَأَيِّن مِّن قَرْيَةٍ عَتَتْ عَنْ أَمْرِ رَبِّهَا وَرُسُلِهِ فَحَاسَبْنَاهَا حِسَابًا شَدِيدًا وَعَذَّبْنَاهَا عَذَابًا نُّكْرًا ﴾ [الطلاق : 8] ، وقوله ـ جل وعلا ـ : ﴿ فَأَمَّا مَنْ أُوتِيَ كِتَابَهُ بِيَمِينِهِ ۝ فَسَوْفَ يُحَاسَبُ حِسَابًا يَسِيرًا ﴾ [الانشقاق : 7ـ8] .
وقوله : ﴿ وَنَضَعُ الْمَوَازِينَ الْقِسْطَ لِيَوْمِ الْقِيَامَةِ فَلَا تُظْلَمُ نَفْسٌ شَيْئًا وَإِن كَانَ مِثْقَالَ حَبَّةٍ مِّنْ خَرْدَلٍ أَتَيْنَا بِهَا وَكَفَىٰ بِنَا حَاسِبِينَ ﴾ [الأنبياء : 37] .

ولقد وردت كلمة حاسب وحساب فى كثير من الأحاديث النبوية منها قوله ـ ﷺ ـ : *« أول مايحاسب عليه العبد يوم القيامة صلاته ، فإن صلحت صلح سائر عمله ، وإن فسدت فسد سائر عمله »* [رواه الطبرانى] ، ومدلول لفظ يحاسب فى هذا الحديث هو المساءلة ، وتأكيداً لهذا المعنى ، قال رسول الله ـ ﷺ ـ : *« لن تزول قدما عبد يوم القيامة حتى يسأل عن أربع : عن عمره فيما أفناه ، وعن شبابه فيما أبلاه ، وعن ماله من أين اكتسبه وفيما أنفقه ، وعن علمه ماذا عمل به »* [رواه الترمذى وقال : حديث حسن صحيح] .

ولقد ورد المعنى السابق للمحاسبة فى كتب تهذيب النفس وتزكيتها ، وكان يقصد بها كاتبوها المحاسبة الذاتية أو محاسبة النفس ، وسوف نرجع إلى أقوالهم بعد قليل بشئ من التفصيل .

○ المعنى الثانى : المحاسبة بمعنى الكتابة والعد والإحصاء .

ويعنى ذلك كتابة الأموال والمعاملات والأشياء والظواهر وإحصاؤها ، مثل قوله

ـ تبارك وتعالى ـ : ﴿ وَجَعَلْنَا اللَّيْلَ وَالنَّهَارَ آيَتَيْنِ فَمَحَوْنَا آيَةَ اللَّيْلِ وَجَعَلْنَا آيَةَ النَّهَارِ مُبْصِرَةً لِّتَبْتَغُوا فَضْلاً مِّن رَّبِّكُمْ وَلِتَعْلَمُوا عَدَدَ السِّنِينَ وَالْحِسَابَ وَكُلَّ شَيْءٍ فَصَّلْنَاهُ تَفْصِيلاً ﴾ [الإسراء : 12] وقوله ـ تبارك وتعالى ـ : ﴿ وَنَكْتُبُ مَا قَدَّمُوا وَآثَارَهُمْ وَكُلَّ شَيْءٍ أَحْصَيْنَاهُ فِي إِمَامٍ مُّبِينٍ ﴾ [يس : 12].

كما وردت أحاديث عن رسول الله ـ ﷺ ـ تشير إلى المحاسبة بمعنى الكتابة والإحصاء والعد ، فقد روى عن النبى ـ ﷺ ـ « ***أنه قد باع وكتب*** » وعن المقدام بن يكرب أن رسول الله ـ ﷺ ـ ضرب على منكبيه ثم قال : « ***أفلحت ياقديم إن مت ولم تكن أميراً ، ولا كاتباً ، ولا عريفاً*** »[رواه أبو داود] ، وقال الفقهاء : إن لفظ كاتباً فى الحديث يقصد به من كانت وظيفته تسجيل [كتابة] الأعمال وإحصائها .

كما ورد عن رسول الله ـ ﷺ ـ ، أنه استعمل ابن اللتيبية على صدقات بنى تميم ، فلما جاء إلى رسول الله ـ ﷺ ـ : « ***وحاسبه قال: هذا الذى لكم وهذه هدية أهديت لى . . . إلى آخر الحديث*** » (رواه البخارى) ، ولفظ حاسبه فى هذا الحديث يأخذ مدلول العد والإحصاء ثم المساءلة والمناقشة وترتب على ذلك اتخاذ قرار رسول الله بتحويل الهدية إلى بيت مال المسلمين .

ولقد ورد هذا المعنى السابق فى بعض كتب الفقه المرتبطة بكتابة الأموال ، فقد قال القلقشندى فى كتابه « صبح الأعشى » : إن الكتابة عند العرب تقسم إلى قسمين رئيسين هما : كتابة الإنشاء، وكتابة الأموال ، ويقصد بالأولى : تأليف الكلام وترتيب المعانى، ويقصد بالثانية كتابة تحصيل المال وصرفه وما يجرى مجرى ذلك مثل كتابه بيت مال الخزائن السلطانية وما يجب تحصيلها من الأموال وما يصرف منها من الجارى والنفقات، ويعتمد كتاب الأموال على رسوم أو نظم مقررة أو نماذج لا يكاد يخرج عنها ولا يحتاج منها إلى يوم الحساب ضابط وأن الحَسَبَة هم حفظة المال ، ولولا قلم الحساب لأودت ثمرة الاكتساب ولاتصل التغابُنُ إلى يوم الحساب ، ولكان نظام المعاملات محلولاً ، وجيد التناقض مغلولاً ، وسيف التظالم مسلولاً . . . .

ويقصد بكلمة الحساب في الفقرة السابقة كتابة الأموال ، ويقصد بالحَسَبَة : المحاسبون .

وحيث إننا فى هذا الكتاب بصدد المعنى الأول للمحاسبة وهو ، المساءلة والمناقشة ثم الجزاء أى محاسبة النفس أو المحاسبة الذاتية فسوف نخصص الصفحات التالية لإلقاء المزيد عنها .

❑ (3 ـ 3) ـ معنى محاسبة النفس فى الفكر الإسلامى :

تعنى محاسبة النفس أن يقوم الفرد من تلقاء ذاته بأن يحاسب نفسه بنفسه ؛ أولاً بأول ، عن أعماله وأحواله وسلوكه وتصرفاته ، ما ظهر منها وما بطن ، وحتى يكون على بصيرة من أمره وذلك فى ضوء المشروط ، وأن يقوّم نفسه بنفسه ، إذا ما وجد انحرافاً وذلك قبل فوات العمر ، وانقضاء الأجل ، والوقوف أمام الله ـ سبحانه وتعالى ـ للمحاسبة الأخروية ، فمحاسبة النفس هي طريق المتقين ، وزاد المؤمنين الصالحين ، ومعيار الخوف من الله سبحانه ، ومرشد السائرين إلى رب العالمين .

ومحاسبة النفس تتم أثناء العمل وبعده ، ويمكن أن تؤدى فى أى لحظة وحين ، وذلك للاطمئنان على أن العمل قد تم وفقاً لشرع الله ولوجهه ، وإن كان هناك من تقصير أو من خطأ يستوجب التصحيح الفورى فليفعل ، كما يجب عليه الاستغفار والندم والتوبة والإنابة .

ويجب على المؤمن أن لا يغفل عن محاسبة نفسه والتضييق عليها فى حركاتها وسكناتها وخطراتها ، فكل نفس من أنفاس العمر جوهرة نفيسه يمكن أن يشترى بها كنز من الكنوز لا يتناهى نعيمه أبد الآباد ، فإضاعة هذه الأنفاس أو شراء صاحبها بها ما يجلب هلاكه ، خسران عظيم لا يسمح بمثله إلاّ أجهل الناس وأحمقهم ، وأقلهم عقلاً ، وإنما يظهر له حقيقة هذا الخسران يوم التغابن ، يوم لا ينفع مال ولا بنون إلاّ من أتى الله بقلب سليم .

❑ (3 ـ 4) ـ دليل محاسبة النفس ومساءلتها من القرآن الكريم :

لقد ورد فى القرآن الكريم العديد من الآيات الكريمة التى تحض الإنسان على محاسبة نفسه أولاً بأول وحتى يكون قيماً عليها ، وهذا من قِيَم المسلم ومُثُله ، ودليل ذلك قول الله ـ عز وجل ـ: ﴿ يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا اتَّقُوا اللَّهَ وَلْتَنظُرْ نَفْسٌ مَّا قَدَّمَتْ لِغَدٍ وَاتَّقُوا اللَّهَ إِنَّ اللَّهَ خَبِيرٌ بِمَا تَعْمَلُونَ ﴾ [الحشر : :18] ولقد ورد فى تفسير هذه الآية : أن الله ـ عز وجل ـ ينادى عباده المؤمنين بأن يخافوا ويتوبوا إلى الله ـ سبحانه وتعالى ـ ويخشوه فى كل أعمالهم وتصرفاتهم وسكناتهم وأن يحاسبوا أنفسهم قبل أن يحاسبوا ، وينظروا إلى ما ادخروا لأنفسهم من الأعمال وأن يحاسبوا أنفسهم قبل أن يعرضوا فلا تخفى منهم خافية ، كما يجب أن يستشعروا فى كل الأوقات أن الله عالم بجميع أعمالهم وأحوالهم وسلوكهم وهواجسهم وأنه لا يغيب عنه من أمورهم شيء ، فيقول الطبرى فى تفسير هذه الآية : « يا أيها الذين آمنوا اتقوا الله فى أوامره ونواهيه وأداء فرائضه واجتناب معاصيه ولتنظر نفس ما قدمت لغد يعنى يوم القيامة ، والعرب تكنى المستقبل بالغد ، ومعنى ما قدمت ، يعنى ما عملت من خير أو شر ، واتقوا الله » أعاد هذا تكريراً كقولك : اعجل أعجل ، ارم ارم ، وقيل : التقوى الأولى للتوبة فيما مضى من الذنوب ، والثانية اتقاء المعاصى فى المستقبل ، إن الله خبير بما تعملون « قال سعيد بن جبير : أى بما يكون منكم »(1) .

ولقد سبق أن ذكرنا فى الصفحات السابقة العديد من الآيات التى تؤكد حقيقة المحاسبة أمام الله .

○ المحاسبة (المساءلة) الأخروية :

لقد ورد فى القرآن الكريم العديد من الآيات عن المحاسبة الأخروية أمام الله ـ سبحانه وتعالى ـ، حتى يستعد الإنسان للإجابة عليها ويسائل نفسه فى هذه الحياة الدنيا قبل أن

(1) تفسير الطبرى صفحة 6522 .

يُسأل ، من هذه الآيات قوله ـ تبارك وتعالى ـ :

ـ ﴿ فَلَنَسْئَلَنَّ الَّذِينَ أُرْسِلَ إِلَيْهِمْ وَلَنَسْئَلَنَّ الْمُرْسَلِينَ ﴾ [الأعراف : 6] .

ـ ﴿ فَوَرَبِّكَ لَنَسْأَلَنَّهُمْ أَجْمَعِينَ (٩٢) عَمَّا كَانُوا يَعْمَلُونَ ﴾ [الحجر : 92] .

ـ ﴿ لِيَسْأَلَ الصَّادِقِينَ عَن صِدْقِهِمْ وَأَعَدَّ لِلْكَافِرِينَ عَذَابًا أَلِيمًا ﴾ [الأحزاب : 8] .

ـ ﴿ وَلا يَسْأَلُ حَمِيمٌ حَمِيمًا ﴾ [المعارج : 10] .

ـ ﴿ وَقِفُوهُمْ إِنَّهُم مَّسْئُولُونَ ﴾ [الصافات : 24] .

وكلمة يسأل فى هذه الآيات تعنى المساءلة أمام الله يوم القيامة ، سواء للرسل أو للذين أرسل إليهم من المؤمنين والصادقين والكافرين ، فالجميع سوف يحاسب أمام الله وكفى به حسيباً .

وعن موضوع المحاسبة والمساءلة الأخروية بمعنى عن أى شىء سوف نسأل فى الآخرة ، يقول الله ـ عز وجل ـ :

ـ ﴿ تَاللَّهِ لَتُسْأَلُنَّ عَمَّا كُنتُمْ تَفْتَرُونَ ﴾ [النحل : 56] .

ـ ﴿ وَلَتُسْأَلُنَّ عَمَّا كُنتُمْ تَعْمَلُونَ ﴾ [النحل : 93] .

ـ ﴿ ثُمَّ لَتُسْأَلُنَّ يَوْمَئِذٍ عَنِ النَّعِيمِ ﴾ [التكاثر : 8] .

ـ ﴿ وَإِنَّهُ لَذِكْرٌ لَّكَ وَلِقَوْمِكَ وَسَوْفَ تُسْأَلُونَ ﴾ [الزخرف : 44] .

ـ ﴿ وَلَيُسْأَلُنَّ يَوْمَ الْقِيَامَةِ عَمَّا كَانُوا يَفْتَرُونَ ﴾ [العنكبوت : 13] .

ـ ﴿ وَأَوْفُوا بِالْعَهْدِ إِنَّ الْعَهْدَ كَانَ مَسْئُولاً ﴾ [الإسراء : 34] .

ـ ﴿ إِنَّ السَّمْعَ وَالْبَصَرَ وَالْفُؤَادَ كُلُّ أُولَئِكَ كَانَ عَنْهُ مَسْؤُولاً ﴾ [الإسراء : 34] .

وتشير الآيات إلى أن الإنسان سوف يحاسب على كل شىء عن السمع والبصر

والفؤاد والعهد والنعيم ، وعن كافة الأعمال ولو صغرت .

❑ (3 ـ 5) ـ ادلة محاسبة النفس ومساءلتها من السنة الشريفة :

لقد ربى رسول الله ـ ﷺ ـ المسلمين الأوائل على المحاسبة الذاتية ، وكان يحذرهم من شدة حساب الآخرة ، فعرف هؤلاء أن الله لهم بالمرصاد ، وأنهم سوف يحاسبون يوم القيامة عن كل شيء ، ولا ينجيهم من ذلك إلا المحاسبة الذاتية وصدق المراقبة ، فمن حاسب نفسه قبل أن يحاسب خف يوم القيامة ، وحضر عند السؤال جوابه ، وحسن منقلبه ومآبه ، ومن لم يحاسب نفسه دامت حسراته ، وطالت يوم القيامة وقفاته .

فقد روى عن عبادة بن الصامت ، أنه ـ عليه الصلاة والسلام ـ قال لرجل سأله أن يوصيه ويعظه ، قال : « ***إذا أردت أمراً فتدبر عاقبته ، إن كان رشداً فأمضه ، وإن كان غياً فانته عنه*** » ، كما روى شداد بن أوس عن النبي ـ ﷺ ـ أنه قال : « ***والكيس من دان نفسه وعمل لما بعد الموت ، والعاجز من أتبع نفسه هواها وتمنى على الله ـ عز وجل ـ*** » (أخرجه الإمام أحمد والترمذى) .

وعن المحاسبة بمعنى المساءلة ، يقول الرسول ـ ﷺ ـ : « ***كلكم راع وكلكم مسئول عن رعيته ، الإمام راع ومسئول عن رعيته ، والرجل راع فى بيته ومسئول عن رعيته ، والمرأة راعية فى مال زوجها ومسئولة عن رعيتها والخادم راع فى مال سيده ومسئول عن رعيته*** »(رواه مسلم) .

وعن المساءلة فى القبر يقول ـ ﷺ ـ : « ***استغفروا لأخيكم واسألوا له التثبيت فإنه الآن يسأل*** » (رواه أبو داود) .

وعن المساءلة الأخروية أمام الله ، يقول رسول الله ـ ﷺ ـ : « ***لا تزول قدما عبد يوم القيامة حتى يسأل عن أربع : « عمره فيم أفناه ، وشبابه فيم أبلاه ، وعن ماله من أين اكتسبه وفيم أنفقه ، وعن علمه ماذا عمل به*** »(رواه الترمذى) .

وعن الزبير بن العوام قال : لما نزلت : ثم لتسألن يومئذ عن النعيم ، قال الزبير : وأى نعيم نسأل عنه؟ وإنما هو الأسودان : التمر والماء ، قال : « **أما إنه سيكون** » (الترمذى وابن ماجة).

قال أبو هريرة - رضى الله عنه - سمعت رسول الله - ﷺ - ، يقول : « **إن أول ما يسأل عنه (يعنى يوم القيامة) العبد من النعيم ، أن يقال له : ألم نُصحّ لك بدنك ، ونرويك من الماء البارد** » (الترمذى).

وعن ابن عباس - رضى الله عنهما - ، قال : قال رسول الله - ﷺ - : « **ما فوق الإزار وظل الحائط وخبز ، يحاسب به العبد يوم القيامة أو يسأل عنه** » (ابن ماجة).

عن معاذ بن جبل - رضى الله عنه - قال : قال رسول الله - ﷺ - : « **يا معاذ إن المرء يسأل يوم القيامة عن جميع سعيه حتى كحل عينيه ، وعن فتات الطينة بأصبعه ، فلا ألفينك يوم القيامة وأحد غيرك أسعد بما آتاه الله منك** » (الترمذى).

ويقول الرسول - ﷺ - : « **إن الله سائل كل راع عما استرعاه ، حفظ أم ضيع** » (رواه ابن حبان).

❑ (3 - 6) - من أقوال عمر بن الخطاب فى محاسبة النفس :

يقول عمر بن الخطاب - رضى الله عنه وأرضاه - : « حاسبوا أنفسكم قبل أن تحاسبوا ، وزنوا أعمالكم قبل أن توزن عليكم ، وتزينوا للعرض الأكبر ، ويومئذ تعرضون لا تخفى منكم خافية » (أخرجه الإمام أحمد فى الزهد وللحديث روايات مختلفة).

وكتب عمر بن الخطاب إلى أبى موسى الأشعرى : «حاسب نفسك فى الرخاء قبل حساب الشدة » .

وعن عمر - رضى الله عنه - أنه كان يضرب قدميه بالدرة إذا جن عليه الليل ويقول لنفسه : ماذا عملت اليوم ؟ [1].

(1) المستخلص فى تزكية الأنفس صفحة 118 .

وقال أنس بن مالك : سمعت عمر بن الخطاب ـ رضى الله عنه ـ يوماً قد خرج وخرجت معه حتى دخل حائطاً فسمعته يقول : وبينى وبينه جدار وهو فى الحائط : عمر بن الخطاب أمير المؤمنين ؟بخ بخ !! والله لتتقين الله أو ليعذبنك .

❑ (3 ــ 7) ــ من أقوال الإمام أبى حامد الغزالى فى محاسبة النفس :

لقد عرف أرباب البصائر من جملة العباد أن الله تعالى لهم بالمرصاد وأنهم سيناقشون فى الحساب ويطالبون بمثاقيل الذر من الخطرات واللحظات وتحققوا أنه لا ينجيهم من هذه الأخطار إلا لزوم المحاسبة وصدق المراقبة ومطالبة النفس فى الأنفاس والحركات ومحاسبتها فى الخطرات واللحظات ، فمن حاسب نفسه قبل أن يحاسب خف فى القيامة حسابه وحضر عند السؤال جوابه وحسن منقلبه ومآبه ، ومن لم يحاسب نفسه دامت حسراته ، وطالت فى عرصات القيامة وقفاته ، وقادته إلى الخزى والمقت سيئاته ، فلما انكشف لهم ذلك علموا أنه لا ينجيهم منه إلا طاعة الله ، وقد أمرهم بالصبر والمراقبة فقال عز من قائل : ﴿ يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا اصْبِرُوا وَصَابِرُوا وَرَابِطُوا ﴾ [آل عمران : 200] فرابطوا أنفسهم أولاً بالمشارطة ثم المراقبة ، ثم المحاسبة ، ثم المعاقبة ، ثم بالمجاهدة ثم بالمعاتبة .

(3 ــ 8) ــ من أقوال الصالحين فى محاسبة النفس :

عن ميمون بن مهران أنه قال : « لا يكون العبد من المتقين حتى يحاسب نفسه أشد من محاسبة شريكه ، والشريكان يتحاسبان بعد العمل » .

قال الحسن البصرى : « المؤمن قوام على نفسه يحاسبها لله ، وإنما خف الحساب على قوم حاسبوا أنفسهم فى الدنيا ، وإنما شق الحساب يوم القيامة على قوم أخذوا هذا الأمر من غير محاسبة »(1) .

قال مالك بن دينار : « رحم الله عبداً قال لنفسه : ألست صاحبة كذا ؟ ألست صاحبة

(1) دقائق الأخبار فى رقائق الأخيار ، سلسلة دار البشير صفحة 56 .

كذا ؟ ثم ذمها ثم خطمها ، ثم ألزمها كتاب الله ـ عز وجل ـ فكان لها قائداً»[1].

كان أحد الصالحين يجيء إلى المصباح فيضع أصبعه حتى يحس بالنار ثم يقول : ما حملك على ما صنعت يوم كذا ؟ .

وكان عبد الله بن عمر شعاره : ابدأ بنفسك ، حيث سُئل كيف تقول في الجهاد والغزو؟ قال : ابدأ بنفسك فجاهدها ، وابدأ بنفسك فاغزها ، فإنك إن قُتلت فاراً بعثك الله فاراً وإن قتلتَ مرائياً بعثك الله مرائياً ، وإن قُتلتَ صابراً محتسباً بعثك الله صابراً محتسباً[2].

وكانت توبة ابن الصمة بالرقة وكان محاسباً لنفسه فإذا هو ابن ستين سنة فحسب أيامها فإذا هي واحد وعشرون ألف يوم وخمسمائة يوم ، فصرخ وقال : يا ويلتى ألقى المليك بأحد وعشرين ألف ذنب ؟ كيف وفي كل يوم عشرة آلاف ذنب ؟ ثم خر مغشياً عليه فإذا هو ميت فسمعوا قائلاً يقول : يالك ركضة إلى الفردوس الأعلى[3].

قال البحتري : دخلت على عابد مرة فإذا هو بين يديه نار قد أحجبها وهو يعاتب نفسه فلم يزل يعاتبها حتى مات[4].

يقول ابن قدامة[5]: « ينبغي للعبد أن يحاسب نفسه على الأنفاس وعلى معصية القلب والجوارح في كل ساعة ، فإن الإنسان لو رمى بكل معصية يفعلها حجراً في داره ، لامتلأت داره في مدة يسيرة ، ولكنه يتساهل في حفظ المعاصي وهي مثبتة» ، يقول الله : ﴿ أحصاه الله ونسوه ﴾.

---

(1) المرجع السابق صفحة 57.
(2) محاسبة النفس للحافظ ابن أبي الدنيا / مكتبة القرآن صفحة 61.
(3) المرجع السابق صفحة 67 .
(4) المرجع السابق صفحة 67 .
(5) ابن قدامة ، « مختصر منها ج القاصدين » ، مكتبة دار التراث 1398هـ / صفحة 374.

روى عن سفيان بن عيينة أنه قال : مثلت نفسى فى الجنة آكل من ثمارها وأشرب من أنهارها وأعانق أبكارها ، ثم مثلت نفسىُ: فى النار آكل من زقومها وأشرب من صديدها وأعالج سلاسلها ، فقلت لنفسى : أى نفس أى شئ تريدين ؟ قالت : أريد أن أرد إلى الدنيا فأعمل صالحاً قال : قلت : فأنت فى الأمنية فاعملى [1].

قال الفضيل فى قوله تعالي : ﴿ ولا تقتلوا أنفسكم ﴾ قال : لا تغفلوا عن أنفسكم ، ثم قال : من غفل عن نفسه فقد قتلها .

ويقول ابن قيم الجوزية [2] : « الذى يعيش دون أن يحاسب نفسه فهو فى غفلة » ، وعن كيفية المحاسبة ، يقول ابن قيم الجوزية : « أن تقايس بين نعمة ربك ، ومعاصيك ، يعنى أن تقايس بين ما من الله ، وما منك ، فحينئذ يظهر لك التفاوت ، فإما رحمته ، وإما الهلاك . . . ثم بعد ذلك تستغفر الله وتتوب إلى الله وتقول : « أبوء لك بنعمتك علىّ وأبوء بذنبي فاغفر لى فإنه لا يغفر الذنوب إلاّ أنت » .

❑ (3 ـ 9) ـ متى تتم محاسبة النفس :

يقول ابن القيم تتم محاسبة النفس قبل العمل [3] وبعده ، وذلك على النحو التالى :

(1) محاسبة النفس قبل العمل : أن يقف الإنسان عند أول همه وإرادته ولا يبادر بالعمل حتى يتبين له رجحانه ويسأل نفسه :

- هل هذا العمل مقدور عليه أو غير مقدور عليه؟
- هل هذا العمل يتفق مع شرع الله ؟
- هل هذا العمل خالص لله ؟

(1) المرجع السابق صفحة 34 ـ 35 .

(2) ابن قيم الجوزية ، « مختصر مدارج السالكين » ، دار الدعوة بالإسكندرية ، منزلة المحاسبة ، صفحة 39 .

(3) المرجع السابق ، صفحة 40 .

(2) محاسبة النفس بعد العمل : أن ينظر الإنسان بعد قيامه بالعمل ويسأل نفسه هل تم وفقاً لشرع الله ولوجهه تعالى : وهى ثلاثة أنواع ؟

ـ محاسبة على طاعة قصر فيها .

ـ محاسبة على كل عمل كان تَرْكُهُ خيراً له من فعله .

ـ محاسبة على أمر مباح لم يفعله ، هل أراد به وجه الله والدار الآخرة فيكون رابحاً ، أو أراد به الدنيا وعاجلها فيخسر ذلك الربح ويفوته الظفر .

ويقول ابن قدامة : « ينبغى أن يكون للعبد وقت فى أول النهار يشارط فيه نفسه ، كذلك ينبغى أن يكون له ساعة يطالب فيها نفسه فى آخر النهار ، ويحاسبها على جميع ما كان منها ، كما يفعل التجار مع الشركاء فى آخر كل سنة أو شهر أو يوم . . . ومعنى المحاسبة أن ينظر الإنسان فى رأس المال والربح وفى الخسارة ، ليعرف الزيادة من النقصان ، فرأس المال فى دينه الفرائض ، وربحه النوافل والفضائل ، وخسارته المعاصى وليحاسبها أولاً على الفرائض ، وإن ارتكب معصية اشتغل بعقابها ومعاقبتها ليستوفى منها ما فرط »[1] .

❑ (3 ـ 10) ـ مقومات محاسبة النفس : (المحاسبة الذاتية) :

تعتبر المحاسبة الذاتية من أهم سمات وخلق المسلم التقى الورع الذى يخشى الله فى السر والعلن ، وهى ترتكز على مجموعة من المقومات من أهمها :

(1) العقيدة القوية والإيمان الراسخ الثابت الصادق بأن الله سبحانه وتعالى يراقب تصرفات وسلوك البشر وسوف يحاسبهم عنها يوم القيامة ، مصداقاً لقوله سبحانه وتعالى : ﴿وَنَضَعُ الْمَوَازِينَ الْقِسْطَ لِيَوْمِ الْقِيَامَةِ فَلا تُظْلَمُ نَفْسٌ شَيْئًا وَإِن كَانَ مِثْقَالَ حَبَّةٍ مِّنْ خَرْدَلٍ أَتَيْنَا بِهَا وَكَفَىٰ بِنَا حَاسِبِينَ﴾ [الأنبياء :47] ، وقوله ـ جل وعلا ـ : ﴿ يَوْمَ يَبْعَثُهُمُ اللَّهُ جَمِيعًا

(1) ابن قدامة ، مرجع سابق ، صفحة 374 وما بعدها .

فَيُنَبِّئُهُم بِمَا عَمِلُوا أَحْصَاهُ اللَّهُ وَنَسُوهُ وَاللَّهُ عَلَىٰ كُلِّ شَيْءٍ شَهِيدٌ ﴾ [المجادلة : 6].

(2) الفهم الصحيح للإسلام والالتزام بأحكام وقواعد العبادات والمعاملات التى وردت فى القرآن الكريم الدستور الشامل الذى يهدى للتى هى أقوم فالإنسان يجب أن يقيس تصرفاته وسلوكه وأفعاله على ما ورد فى القرآن والسنة ، وأصل ذلك قول الله ـ سبحانه وتعالى ـ : ﴿ قَدْ جَاءَكُم مِّنَ اللَّهِ نُورٌ وَكِتَابٌ مُّبِينٌ ﴿١٥﴾ يَهْدِي بِهِ اللَّهُ مَنِ اتَّبَعَ رِضْوَانَهُ سُبُلَ السَّلَامِ وَيُخْرِجُهُم مِّنَ الظُّلُمَاتِ إِلَى النُّورِ بِإِذْنِهِ وَيَهْدِيهِمْ إِلَىٰ صِرَاطٍ مُّسْتَقِيمٍ ﴾ [المائدة : 15 ـ 16] فالقرآن والسنة هما أساس المحاسبة ونجد ذلك فى حديث رسول الله ـ ﷺ ـ : « *تركت فيكم ما إن تمسكتم به لن تضلوا بعدى أبداً ، كتاب الله وسنتى* » .

(3) ـ التربية الإسلامية والعمل وفقاً لمنهج رسول الله ـ ﷺ ـ والاقتداء بالسلف الصالح من السابقين والتواصى بالصبر ، فإن تربية النفس من الصغر على المحاسبة الذاتية أعظم الأمور ، والالتزام بمنهج الرسول أفضل السبل : ﴿ لَقَدْ كَانَ لَكُمْ فِيهِمْ أُسْوَةٌ حَسَنَةٌ لِّمَن كَانَ يَرْجُو اللَّهَ وَالْيَوْمَ الْآخِرَ ﴾ [الممتحنة : 6].

(4) التذكير الدائم بمراقبة الله : يجب على الإنسان المسلم دائماً أن يتذكر مراقبة ربه ـ سبحانه وتعالى ـ له فى كل وقت وفى كل حين وهذا مصداقاً لقوله تعالى : ﴿ مَا يَكُونُ مِن نَّجْوَىٰ ثَلَاثَةٍ إِلَّا هُوَ رَابِعُهُمْ وَلَا خَمْسَةٍ إِلَّا هُوَ سَادِسُهُمْ وَلَا أَدْنَىٰ مِن ذَٰلِكَ وَلَا أَكْثَرَ إِلَّا هُوَ مَعَهُمْ ﴾ [المجادلة : 7] ، والإنسان المؤمن الذى يستشعر هذه المراقبة من الله ـ سبحانه وتعالى ـ تكون أعماله وتصرفاته وفق شرع الله ومنهجه ، ولهذا يجب على الإنسان المؤمن أن يتذكر هذه المراقبة لتعينه فى محاسبته لنفسه .

❑ (3 ـ 11) ـ كيف تحاسب نفسك ؟ :

يشبّه علماء التربية الروحية محاسبة النفس بمحاسبة الشريك لشريكه فى التجارة فى نهاية السنة المالية أو كل فترة زمنية على النشاط الذى تم ومدى تحقيق الأهداف والمقاصد

حتى يعرف كل شريك مركزه المالى وفى ضوئه ينطلق إلى المستقبل كذلك الحال فى محاسبة النفس .

وتتم محاسبة النفس على النحو التالى :

(1) ـ تحديد وقت المحاسبة فقد يكون فى كل لحظة أو ساعة أو فى آخر النهار أو نحو ذلك .

(2) ـ يقوم الفرد بحصر واسترجاع الأعمال والتصرفات التى تمت خلال هذه الفترة .

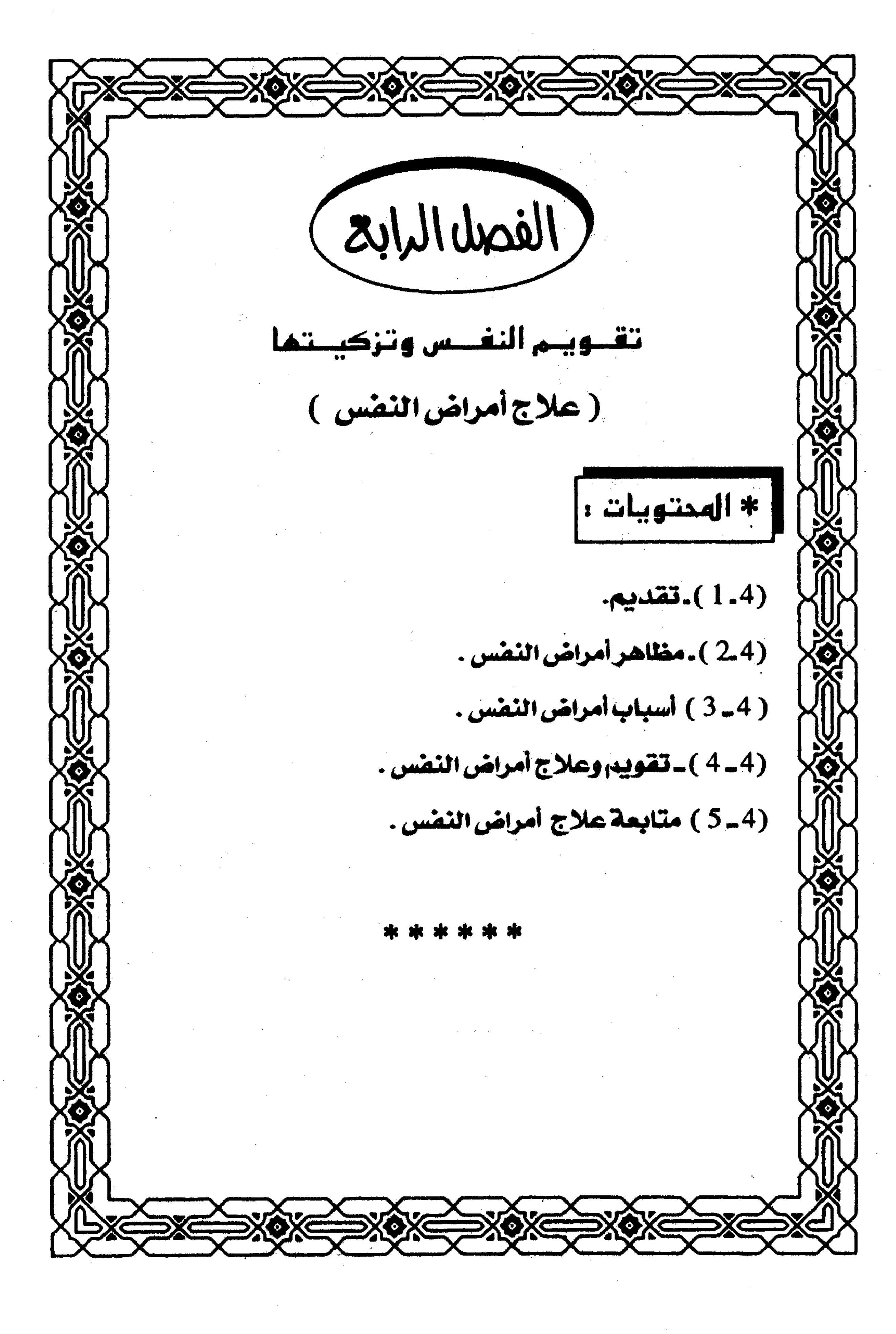
(3) ـ بيان جوانب الخير فى أعماله فيشكر الله ـ سبحانه وتعالى ـ على ذلك ويعمل على تنميتها وزيادتها ، وبيان جوانب النقصان والخسران وهنا يلوم نفسه ويعاقبها ويتوب ويقلع عن هذا النقصان ويجبر نفسه على تعويض ما فاته .

❑ (3 ـ 12) ـ برنامج محاسبة النفس اليومى :

تتم محاسبة النفس بأن يقوم الإنسان بمساءلة نفسه قبل أن يهم بأى عمل هل هذا مطابق لما أمرنا الله به ويتفق مع هدى رسوله الكريم ؟ ثم مرة أخرى يسأل نفسه بعد الأداء ليتأكد مرة أخرى أنه لم يضل الطريق ولم ينحرف عن السبيل السوى المستقيم وتتم المساءلة فى كل لحظة زمنية ، كما يأتى التقييم عند الهدوء والسكينة ، مثلاً عند النوم أو عند الخلوة .

وتتم المحاسبة الذاتية لكل تصرفات وسلوك وأفعال الإنسان سواء أكانت متعلقة بالعبادات أو بالمعاملات وما يتفرع عنها ، فعلى سبيل المثال يجب على الفرد أن يسأل نفسه دائماً مجموعة من الأسئلة ويتذكر أصولها من القرآن والسنة .

ولقد وضع الإمام حسن البنا نموذجاً لورد المحاسبة سوف نتناوله بشىء من التفصيل فى الفصل الخامس من هذا الكتاب تحت عنوان أوراد المحاسبة والتقويم الذاتى .



الفصل الرابع

تقويم النفس وتزكيتها

(علاج أمراض النفس)

*** المحتويات :**

* * * * * *

تقويم النفس وتزكيتها
(علاج أمراض النفس)

[4 ـ 1] تقديم :

عندما تضعف قوى الإيمان فى القلوب ، يحس الإنسان بالقسوة والجحود ، وعدم الإقبال على العبادات والطاعات ، كما يضيق الصدر ، ولا يتأثر بالقرآن الكريم والذكر والدعاء ، كما لا يكترث بأحوال المسلمين وقضاياهم، ولا يغضب إذا انتهكت محارم الله ـ عز وجل ـ، ويميل إلى الأخذ بالرخص ،كما يظهر عليه حب الدنيا والمال والجاه والظهور والسعى إلى تحقيق رغبات النفس . . . وهذه من أهم مظاهر أمراض النفس.

ولهذه الأمراض أسباب كثيرة من أبرزها عدم المواظبة على العبادات المفروضة وعدم ذكر الله وقراءة القرآن ، مخالطة الفاسقين والظالمين والمنافقين ومؤازرتهم ، والأخذ بالرخص الضعيفة ، والوقوع فى الفتن والآثام ، وزيادة الخشية من الناس والخوف على المال والأولاد والمنصب .

وتظهر هذه الأمراض بعد المحاسبة والمعاتبة ، ولابد لها من علاج فى ضوء القرآن والسنة ومن تجارب عباد الله الصالحين القاصدين وجه الله .

وهذه العلاجات متعددة ومتنوعة لتناسب أحوال القلوب المريضة ونوعية المرض ، ولذلك يجب التعرف عليها حتى يتسنى للمسلم المريض قلبياً أن يتناول الدواء المناسب له فى ضوء استشارة أهل الاختصاص من أطباء القلوب فلكل داء دواء.

ويختص هذا الفصل من كتاب محاسبة النفس ، ببيان أهم مظاهر أمراض النفوس

وأسبابها وسبل علاجها فى ضوء ما ورد فى القرآن الكريم من آيات ﴿ فِيهِ شِفَاءٌ لِلنَّاسِ ﴾ ، وما ورد عن رسول الله - ﷺ - من أحاديث وأفعال ، وما ثبت عن الصالحين الذين التزموا بكتاب الله وسنة رسوله الكريم من نصائح وإرشادات ووصايا وتوجيهات .

❑ [4 ـ 2] مظاهر أمراض الأنفس (أعراض أمراض الأنفس) :

عندما تصاب النفس البشرية بمرض القلب ، يشعر صاحبها ببعض العوارض تدريجياً . . وما يلبث أن يحس بها غيره من إخوانه وأصحابه ، فيجب عليه أن يعرفها حتى يعرف السبب ويعالجه ، ومن هذه المظاهر (الأعراض) ما يلى :

○ أولاً : قسوة القلب :

يحس الإنسان بالخشونة والغلظة ، وعدم التأثر بما يسمع أو يرى ، ولقد أشار القرآن الكريم إلى ذلك فى وصف أصحاب هذه القلوب ، فيقول الله عز وجل :

- ﴿ ثُمَّ قَسَتْ قُلُوبُكُم مِّنْ بَعْدِ ذَلِكَ فَهِىَ كَالْحِجَارَةِ أَوْ أَشَدُّ قَسْوَةً ﴾ [البقرة : 74] .
- ﴿ فَوَيْلٌ لِّلْقَاسِيَةِ قُلُوبُهُم مِّن ذِكْرِ اللَّهِ ﴾ [الزمر : 22] .
- ﴿ فَبِمَا نَقْضِهِم مِّيثَاقَهُمْ لَعَنَّاهُمْ وَجَعَلْنَا قُلُوبَهُمْ قَاسِيَةً ﴾ [المائدة : 13] .
- ﴿ فَلَوْلا إِذْ جَاءَهُم بَأْسُنَا تَضَرَّعُوا وَلَكِن قَسَتْ قُلُوبُهُمْ ﴾ [الأنعام : 43] .
- ﴿ لِيَجْعَلَ مَا يُلْقِى الشَّيْطَانُ فِتْنَةً لِّلَّذِينَ فِى قُلُوبِهِم مَّرَضٌ وَالْقَاسِيَةِ قُلُوبُهُمْ ﴾ [الحج : 53] .
- ﴿ فَطَالَ عَلَيْهِمُ الأَمَدُ فَقَسَتْ قُلُوبُهُمْ ﴾ [الحديد : 16] .

وتوضح هذه الآيات ، أن القلوب القاسية لا تتأثر بذكر الله - عز وجل - ، وتسير حسب ما يزينه الشيطان لأصحابها ، ولا ترتدع بالبأساء والضراء ، ولقد شبهها الله بالحجارة ، وتوعد أصحابها بالعذاب الأليم .

○ثانياً : غفلة القلب :

القلب الغافل عن ذكر الله ، وعن العبادات ، قلب مريض ، وتجد صاحبه لاهياً غارقاً فى أمور الدنيا ولهوها وزينتها ، لا يفكر فى لقاء الله ولا يتأثر بذكر الموت ، ولقد نهانا الله ـ عز وجل ـ عن إطاعة ذوى القلوب الغافلة فقال ـ تبارك وتعالى ـ : ﴿وَلَا تُطِعْ مَنْ أَغْفَلْنَا قَلْبَهُ عَن ذِكْرِنَا وَاتَّبَعَ هَوَاهُ وَكَانَ أَمْرُهُ فُرُطًا﴾ [الكهف : 28]. ولقد ورد فى تفسير هذه الآية لابن كثير : « النداء لسيدنا محمد . . لا تطع من شغل عن الدين وعبادة ربه بالدنيا، وكانت أعماله وأفعاله سفهاً وتفريطاً وضياعاً ، ولا تكن مطيعاً ولا محباً لطريقته ولا تغبطه بما هو فيه ، كما قال الله ـ عز وجل ـ فى آية أخرى : ﴿لَا تَمُدَّنَّ عَيْنَيْكَ إِلَىٰ مَا مَتَّعْنَا بِهِ أَزْوَاجًا مِّنْهُمْ وَلَا تَحْزَنْ عَلَيْهِمْ وَاخْفِضْ جَنَاحَكَ لِلْمُؤْمِنِينَ﴾[الحجر :88]، وقوله ـ تبارك وتعالى ـ﴿ اعْلَمُوا أَنَّمَا الْحَيَاةُ الدُّنْيَا لَعِبٌ وَلَهْوٌ وَزِينَةٌ وَتَفَاخُرٌ بَيْنَكُمْ وَتَكَاثُرٌ فِي الْأَمْوَالِ وَالْأَوْلَادِ كَمَثَلِ غَيْثٍ أَعْجَبَ الْكُفَّارَ نَبَاتُهُ ثُمَّ يَهِيجُ فَتَرَاهُ مُصْفَرًّا ثُمَّ يَكُونُ حُطَامًا وَفِي الْآخِرَةِ عَذَابٌ شَدِيدٌ وَمَغْفِرَةٌ مِّنَ اللَّهِ وَرِضْوَانٌ وَمَا الْحَيَاةُ الدُّنْيَا إِلَّا مَتَاعُ الْغُرُورِ﴾ [الحديد : 20].

توضح هذه الآيات غفلة القلب ، إذ نجد صاحبه دائماً مهتماً بالدنيا غافلاً عن لقاء ربه ، عندما يصلى يسرح ذهنه بعيداً عما يقرأ ، يفكر فى الدنيا أكثر مما يفكر فى طاعة الله .

○ثالثاً : غلق القلب :

يشعر الإنسان أحياناً بأن قلبه مغلق ، وعليه غشاوة أو غطاء أو ختم ، بحيث لا يتأثر بما يقال له من نصائح ووعظ ، لا يتأثر بذكر الله أو بالقرآن الكريم أوبالموت .

ولقد ورد فى القرآن الكريم آيات عديدة تصف أصحاب القلوب المغلقة بأن عليها أقفالا مسدودة ، أو أن عليها غشاوة أو غطاء ، نذكر منها قول الله ـ تبارك وتعالى ـ :

ـ ﴿ كَذَٰلِكَ يَطْبَعُ اللَّهُ عَلَىٰ كُلِّ قَلْبِ مُتَكَبِّرٍ جَبَّارٍ ﴾[غافر : 35].

ـ ﴿وَخَتَمَ عَلَىٰ سَمْعِهِ وَقَلْبِهِ وَجَعَلَ عَلَىٰ بَصَرِهِ غِشَاوَةً﴾ [الجاثية : 23].

ـ ﴿ كَذَٰلِكَ يَطْبَعُ اللَّهُ عَلَىٰ قُلُوبِ الْكَافِرِينَ ﴾ [الأعراف : 101].

ـ ﴿كَذَٰلِكَ نَطْبَعُ عَلَىٰ قُلُوبِ الْمُعْتَدِينَ ﴾ [يونس : 74].

ـ ﴿كَذَٰلِكَ يَطْبَعُ اللَّهُ عَلَىٰ قُلُوبِ الَّذِينَ لا يَعْلَمُونَ ﴾ [الروم : 59].

ـ ﴿ أَفَلا يَتَدَبَّرُونَ الْقُرْآنَ أَمْ عَلَىٰ قُلُوبٍ أَقْفَالُهَا ﴾ [محمد : 24].

ـ ﴿وَقَالُوا قُلُوبُنَا فِي أَكِنَّةٍ مِّمَّا تَدْعُونَا إِلَيْهِ وَفِي آذَانِنَا وَقْرٌ﴾ [فصلت : 5].

ـ ﴿ وَجَعَلْنَا عَلَىٰ قُلُوبِهِمْ أَكِنَّةً أَن يَفْقَهُوهُ وَفِي آذَانِهِمْ وَقْرًا ﴾ [الأنعام : 25].

ـ ﴿ إِنَّا جَعَلْنَا عَلَىٰ قُلُوبِهِمْ أَكِنَّةً أَن يَفْقَهُوهُ وَفِي آذَانِهِمْ وَقْرًا ﴾ [الكهف : 57].

ويصف الله أصحاب هذه القلوب بأنهم من المتكبرين الجبارين المعتدين الكافرين الذين لا يفقهون ، ومهما تقدم لهم من تهديد أو وعيد فإنهم لا يرعوون لأن قلوبهم مغلقة بأقفال ، ويحتاج أصحاب هذه القلوب إلى جهد شاق لفتحها لترى نور الله ـ عز وجل ـ وتتذوق حلاوة الإيمان .

○ رابعاً : التكاسل والسهو عن الطاعات والإقبال على الماديات .

من مظاهر أمراض القلب ، الكسل عن العبادات ، وعن طاعة الله ـ عز وجل ـ ، لأن الله لم يزين الإيمان في قلوب هؤلاء ، فإذا نودى للصلاة قاموا كسالى ، وإذا طلب منهم الصدقات بخلوا بها ، ولقد أشار القرآن إلى هؤلاء في وصف المنافقين فقال ـ تبارك وتعالى ـ : ﴿ وَإِذَا قَامُوا إِلَى الصَّلاةِ قَامُوا كُسَالَىٰ يُرَاءُونَ النَّاسَ وَلا يَذْكُرُونَ اللَّهَ إِلاَّ قَلِيلاً ﴾ [النساء : 142] ولقد ورد في صفة الكافرين قوله تعالى : ﴿ وَلا يَأْتُونَ الصَّلاةَ إِلاَّ وَهُمْ كُسَالَىٰ وَلا يُنفِقُونَ إِلاَّ وَهُمْ كَارِهُونَ ﴾ [التوبة : 54] ، وتوعد الله هؤلاء في قوله : ﴿ فَوَيْلٌ لِّلْمُصَلِّينَ ④ الَّذِينَ هُمْ عَن صَلاتِهِمْ سَاهُونَ ⑤ الَّذِينَ هُمْ يُرَاءُونَ ⑥ وَيَمْنَعُونَ الْمَاعُونَ﴾ [الماعون : 4ـ7] .

○ خامساً : حب الظهور والتفاخر والتكبر.

من الناس من يهتم بإظهار الأعمال والطاعات والتفاخر بها ، بقصد أن يُعْلِمُوا الناس ذلك فيثنون عليهم ، كما يحبون الإمارة والقيادة ، ويشغلون أنفسهم بتزيين الظواهر والتخشع بدون خشوع ، والتعبد بدون قلوب حاضرة ، وهذه الآفات يطلق عليها الكبر القلبى حيث يؤدى ذلك إلى الكبرياء فى العبادات والطاعات ، ولقد قال أحد العلماء : « إن من آفات القلوب : الكبر القلبى والإعجاب بالنفس وبتقواها » .

ولقد نهانا الله ـ عز وجل ـ عن ذلك ، فقال سبحانه وتعالى : ﴿ وَلا تُصَعِّرْ خَدَّكَ لِلنَّاسِ وَلا تَمْشِ فِي الأَرْضِ مَرَحًا إِنَّ اللَّهَ لا يُحِبُّ كُلَّ مُخْتَالٍ فَخُورٍ ﴾ [لقمان : 18] ، كما قال ـ عز وجل ـ : ﴿ فَلا تُزَكُّوا أَنفُسَكُمْ هُوَ أَعْلَمُ بِمَنِ اتَّقَى ﴾ [النجم : 32] .

وفى الحديث القدسى ، قال الله ـ عز وجل ـ : « *الكبرياء ردائى ، والعظمة إزارى ، فمن نازعنى واحداً منهما قذفته فى النار* » [رواه أبو داود] ، كما ورد عن رسول الله ـ ﷺ ـ العديد من الأحاديث الشريفة التى تبين حال هؤلاء المتفاخرين المتكبرين ، فقال ـ ﷺ ـ : « *ألا أخبركم بأهل النار ؟ كل عتل جواظ مستكبر* » [متفق عليه] ، وقال ـ ﷺ ـ فى حديث آخر : « *ثلاثة لا يكلمهم الله يوم القيامة ، ولا يزكيهم ولا ينظر إليهم ولهم عذاب أليم : شيخ زان ، وملك كذاب ، وعائل مستكبر* » [رواه مسلم] ، وقال : « *لا يدخل الجنة من كان فى قلبه مثقال ذرة من كبر* » [رواه مسلم] ، وقال ـ ﷺ ـ فى شأن الإعجاب بالنفس : « *ثلاث مهلكات ، شح مطاع ، وهوى متبع ، وإعجاب المرء بنفسه* » [رواه الطبرانى والبيهقى] .

○ سادساً : الشعور بالفضل والمنة :

من مظاهر أمراض القلوب هو إعجاب الإنسان بنفسه ، وتقواها والمن على أنه من المسلمين وأصبح يصلى ويزكى ويصوم ويعتمر ويحج ويدعو إلى الإسلام ، ولقد أشار

القرآن إلى هذا النوع من الأنفس وهو يخاطب رسول الله ـ ﷺ ـ ﴿ يمُنُّون عَلَيْكَ أنْ أسْلَمُوا قُل لاَّ تَمُنُّوا عَلَيَّ إسْلامَكُمْ بلِ اللَّهُ يمُنُّ عَلَيْكُمْ أنْ هداكُمْ للإيمانِ إن كُنتُمْ صادِقِين ﴾[الحجرات : 17]

ولقد ورد عن رسول الله ـ ﷺ ـ عن أبى ذر ـ رضى الله عنه ـ : « ثلاثة لا يكلمهم الله ولا ينظر إليهم يوم القيامة ولا يزكيهم ولهم عذاب أليم » أعـادها ثلاثاً ، قلت : " من هم يارسول الله ؟ خابوا وخسروا فقال : المسبل والمنان ، والمنفق سلعته بالحلف الكاذب " أو الفاجر » [رواه أبو داود] والمنان الذى لايعطـى شيئا إلا منّه ، ويتربص الشيطان لهؤلاء الصنف من النـاس حتـى يستـدرجهـم إلى الوقـوع فى المحـارم مصداقا لقـولـه ـ تبارك وتعالى ـ : ﴿ سَنَسْتَدْرِجُهُم مِّنْ حَيْثُ لا يَعْلَمُونَ ﴾ [الأعراف : 182] .

○ **سابعاً : ارتكاب المحرمات ، والوقوع فى المعاصى وتناول الرخص بالتأويلات :**

إذا مرض القلب ، سيطر عليه الشيطان ، وكثر قرناؤه من الإنس الفاسقين الضالين الظالمين الذين يأمـرون بالمنكر وينهـون عن المعـروف ، ويقـوده إلى ارتكاب المحـرمـات والوقوع فى المعاصى بالتدرج ، ففى المرحلة الأولى يأخذ بالرخص والأقوال الضعيفة التى تجعله يرتكب الأعمال المكروهه . . أو المشتبه فيها ، ولقد أشار الله ـ سبحانه وتعالى ـ إلى ذلك فى قـوله ـ تبـارك وتعـالى ـ : ﴿ هُوَ الَّذِى أَنزَلَ عَلَيْكَ الْكِتَابَ مِنْهُ آيَاتٌ مُّحْكَمَاتٌ هُنَّ أُمُّ الْكِتَابِ وَأُخَرُ مُتَشَابِهَاتٌ فَأَمَّا الَّذِينَ فِى قُلُوبِهِمْ زَيْغٌ فَيَتَّبِعُونَ مَا تَشَابَهَ مِنْهُ ابْتِغَاءَ الْفِتْنَةِ وَابْتِغَاءَ تَأْوِيلِهِ ﴾

[آل عمران : 7] ، وعن أبى عبد الله النعمان بن بشير ـ رضى الله عنهما ـ قال : سمعت رسـول الله ـ ﷺ ـ يقـول : « إن الحلال بيِّن ، وإن الحرام بيِّن ، وبينهما أمور مشتبهات لا يعلمهن كثير من الناس ، فمن اتقى الشبهات فقد استبرأ لدينه وعرضه ، ومن وقع فى الشبهات وقع فى الحرام ، كالراعى يرعى حول الحمى يوشك أن يرتع فيه ، ألا وإن لكل ملك حمى ، ألا وإن حمى الله محارمه ، ألا وإن فى الجسد مضغة ، إذا صلحت صلح الجسد كله وإذا فسدت فسد الجسد كله ، ألا وهى القلب » [رواه البخارى ومسلم] .

أما فى المرحلة الثانية فإنه يقع فى المحارم ولايبالى ، بسبب زيادة ضعف الإيمان .

وزيادة مرض القلب، ويصبح قلبه مغلقاً ، وهذا ماوصفه رسول الله ـ ﷺ ـ في الحديث : « *وإن الفاجر يرى ذنوبه كذباب مرّ على أنفه فقال به هكذا* » [رواه البخاري] .

ومن الأمثلة الواضحة في ارتكاب المحرمات ، لجد المسلم يدخن السيجار ويسمع الموسيقى ويلبس الذهب ويغنى وذلك في بداية الأمر ، آخذاً بالآراء والأقوال الضعيفة التى ترى أن ذلك مكروه ، ثم بعد ذلك تجده يدمن شرب الحشيش والأفيون والكوكايين . ويحضر مجالس الرقص والغناء ونحوها ، ويصبح من الغارقين فى المعاصى ، ويصدق عليه قول الله ـ تبارك وتعالى ـ : ﴿ أَفَمَن زُيِّنَ لَهُ سُوءُ عَمَلِهِ فَرَآهُ حَسَنًا ﴾[سورة فاطر : 8] .

إن لهذه المظاهر السابقة لأمراض القلوب أسباباً سوف نتناولها بالشرح والبيان بتوفيق الله ومشيئته على النحو التالى .

❑ [4ـ3] ـ **أسباب أمراض النفس .**

تنشأ أمراض القلوب لأسباب شتى مجتمعة أو منفردة ، ويجب على الأخ المسلم أن يعرفها حتى يتجنبها ، لأن العلاج السليم لايكون إلاّ بعد معرفة أسباب الداء ، وتختلف هذه الأسباب من إنسان إلى إنسان ، ومن وقت إلى وقت آخر ، ومن أهم هذه الأسبا ب مايلى :

○ **أولاً : عدم الاهتمام بالتربية الإيمانية التى تغذى النفس بالقيم الروحية** ، فالجسد مكون من بدن وروح ، وغذاء البدن الطعام والشراب ونحوه ، وغذاء الروح النفحات الإيمانية ، فعندما يهتم الإنسان بالماديات ويهمل الروحانيات تظهر عليه الأمراض القلبية السابق بيانها .

ومن أسباب إهمال القيم الإيمانية ، الانغماس فى الماديات والإيمان بأن المادة هى كل شيء في الحياة ، ويصل المقام بالمرء أن يضحى بمبادئه وخلقه من أجل المادة وينطبق عليه قول الله ـ تبارك وتعالى ـ : ﴿ شَغَلَتْنَا أَمْوَالُنَا وَأَهْلُونَا﴾ [محمد : 11] .

○ **ثانياً : مقارنة ومصاحبة أهل السوء والفسوق والعصيان** الذين يبعدونه عن الطريق المستقيم ، طريق عباد الله الصالحين الذين يعينونه على طاعة الله ـ عز وجل ـ، وكلما التزم الإنسان مع الفئة الضالة الفاسدة ، كلما أحس بقسوة القلب وخشونته والتكاسل عن العبادات والطاعات ، والتعلق بالدنيا ، وهذا ماأشار إليه الرسول ـ ﷺ ـ « ***من تشبه بقوم فهو منهم*** » .

ولقد نهانا الله ـ عز وجل ـ عن مصاحبة الأشرار وأمرنا بأن نكون مع الأخيار ، حيث ورد بهذا فى كتاب الله ـ عز وجل ـ نداء إلى سيدنا محمد ـ ﷺ ـ وللمسلمين من بعده ، فقال الله ـ تبارك وتعالى ـ : ﴿ **وَلا تُطِعْ مَنْ أَغْفَلْنَا قَلْبَهُ عَن ذِكْرِنَا وَاتَّبَعَ هَوَاهُ وَكَانَ أَمْرُهُ فُرُطًا** ﴾ [الكهف : 28] .

ويقول الإمام الحسن البصرى : (إخوننا أغلى عندنا من أهلينا فأهلونا يذكروننا بالدنيا ، وإخواننا يذكروننا بالآخرة) « صحبة الأشرار تورث سوء الظن بالأخيار » .

ـ ومن أقوال السلف من الصالحين .

* « ***إن القلوب إذا بعدت عن الله تعالى مقتت القائمين بحق الله تعالى*** »

○ **ثالثا : الانشغال بالدنيا وزخرفها ، والابتعاد عما مايذكره بالآخرة ،** حتى تصبح الدنيا هى الدافع الرئيسي لحركته وتفكيره وهمه ، ويختل التوازن بين نصيب الدنيا والآخرة ، ولقد أشار الله ـ عز وجل ـ إلى ذلك فى قوله تعالى : ﴿ **زُيِّنَ لِلَّذِينَ كَفَرُوا الْحَيَاةُ الدُّنْيَا وَيَسْخَرُونَ مِنَ الَّذِينَ آمَنُوا** ﴾ [البقرة : 212] ، ولقد حذرنا رسول الله ـ ﷺ ـ من التعلق بالحياة الدنيا ولهوها ، فعن ابن عمر ـ رضى الله عنهما ـ قال : أخذ رسول ـ ﷺ ـ بمنكبى فقال : « ***كن فى الدنيا كأنك غريب أو عابر سبيل " وكان ابن عمر يقول : " إذا أمسيت فلا تنتظر الصباح ، وإذا أصبحت فلا تنتظر المساء وخذ من صحتك لمرضك ومن حياتك لموتك*** » [رواه البخارى] ، وقال ـ ﷺ ـ : « ***إنما يكفى أحدكم ـ ماكان فى***

الدنيا - مثلُ زاد الراكب » [رواه الطبراني]

إن انشغال المسلم بالدنيا وتعلقه بها حتى تصبح أكبر همه ، يصرفه عن العبادات والطاعات رويداً رويداً ، وينسى الآخرة ولقاء الله - عز وجل - ولايعنى ذلك الزهد التام والتفرغ للعبادات ولكن يجب أن يأخذ من الدنيا مايعينه على طاعة الله ، فهى مزرعة الآخرة .

○ **رابعاً : الانشغال بالزوجة والأولاد والمال** ، عن طاعة الله - عز وجل - وعبادته والدعوة إلى الخير والأمر بالمعروف والنهى عن المنكر ، وهذا يزداد وضوحاً بعد زواج الأخ المسلم وينشغل بالزوجة وبالأولاد وجمع المال . . . ومافى عداد ذلك ، لاينكر أحد أن هذا من الغرائز البشرية ، ولكن لايجب أن تطغى على حب الله ، ولقدقال الله - تبارك وتعالى - فى هذا المقام : ﴿ **زُيِّنَ لِلنَّاسِ حُبُّ الشَّهَوَاتِ مِنَ النِّسَاءِ وَالْبَنِينَ وَالْقَنَاطِيرِ الْمُقَنطَرَةِ مِنَ الذَّهَبِ وَالْفِضَّةِ وَالْخَيْلِ الْمُسَوَّمَةِ وَالأَنْعَامِ وَالْحَرْثِ ذَلِكَ مَتَاعُ الْحَيَاةِ الدُّنْيَا وَاللَّهُ عِندَهُ حُسْنُ الْمَآبِ** ﴾ [آل عمران : 14] .

ولقد حذرنا الله - عز وجل - من طغيان حب المال والأبناء على حب الله وطاعته ، بل يجب أن يسخر المسلم ماحباه الله من مال وما وهبه من أولاد فى طاعة الله ، وفى هذا المقام يقول الله - عز وجل - : ﴿ **الْمَالُ وَالْبَنُونَ زِينَةُ الْحَيَاةِ الدُّنْيَا وَالْبَاقِيَاتُ الصَّالِحَاتُ خَيْرٌ عِندَ رَبِّكَ ثَوَابًا وَخَيْرٌ أَمَلاً** ﴾ [الكهف : 46]ويقول - سبحانه وتعالى - : ﴿ **وَاعْلَمُوا أَنَّمَا أَمْوَالُكُمْ وَأَوْلادُكُمْ فِتْنَةٌ وَأَنَّ اللَّهَ عِندَهُ أَجْرٌ عَظِيمٌ** ﴾ [الأنفال : 28] .

ولقد ورد عن رسول الله - ﷺ - أحاديث كثيرة تحذر المسلمين من فتنة الزوجة والأولاد والمال ، منها قوله - ﷺ - : « ***الولد محزنة مجبنة مجهلة مبخلة*** » [رواه الطبرانى]، وقال - عليه الصلاة والسلام - : « ***تعس عبد الدينار ، تعس عبد الدرهم*** » [متفق عليه] .

○ خامساً : الأمل فى الحياة ونسيان الموت والقبر والحشر والحساب والجنة والنار : يظن كثير من الناس أن الحياة الدنيا هى الأمل ، ويحرصون كل الحرص على التمتع بها ولو على حساب الآخرة ، ولقد ورد فى ذكر هؤلاء قول الله تعالى : ﴿ ذَرْهُمْ يَأْكُلُوا وَيَتَمَتَّعُوا وَيُلْهِهِمُ الأَمَلُ فَسَوْفَ يَعْلَمُونَ ﴾ [الحجر : 3] .

ويظن هؤلاء الذين مرضت قلوبهم أن العمر سيطول بهم ويحققون ما يرغبون ، ولكن الحياة الدنيا قصيرة مهما طال عمرهم ، ولقد مثلها رسول الله ـ ﷺ ـ كمثل رجل استظل تحت شجرة ثم قام وتركها ، ويصف القرآن الكريم هذا التصور الواهم بقول الله ـ تبارك وتعالى ـ : ﴿ بَلْ مَتَّعْنَا هَؤُلاءِ وَآبَاءَهُمْ حَتَّىٰ طَالَ عَلَيْهِمُ الْعُمُرُ ﴾ [الأنبياء : 44] وقوله ـ عز وجل ـ : ﴿ فَطَالَ عَلَيْهِمُ الأَمَدُ فَقَسَتْ قُلُوبُهُمْ وَكَثِيرٌ مِّنْهُمْ فَاسِقُونَ ﴾ [الحديد : 16]

مثل هؤلاء نشاهدهم فى الجنائز والمآتم والمصائب يتكلمون فى أمور الدنيا ، وربما نجد بعضهم يدخن السيجار والقرآن يتلى ، والواعظ يعظ ، ولا حياة لمن تنادى .

○ سادساً : الانشغال بالجاه والسلطان والوظيفة ونسيان ما افترضه الله عليه :

الجاه فتنة ، والسلطان فتنة ، والوظيفة والمحافظة عليها فتنة ، فعندما يرقى المسلم فى وظيفته قد يتحول من عبادة الله رويداً رويداً إلى عبادة السلطان الذى منحه الدرجة والجاه ، ويجعل كلمة السلطان هى العليا وتنفذ حتى ولو كانت معارضة لشرع الله ـ عز وجل ـ .

ويسير المفتون بالمنصب فى طريق ، حتى تجده يتكلم بكلام فرعون : ﴿ فَقَالَ أَنَا رَبُّكُمُ الأَعْلَىٰ ﴾ [النازعات : 24] و ﴿ قَالَ فِرْعَوْنُ مَا أُرِيكُمْ إِلاَّ مَا أَرَىٰ ﴾ [غافر : 29] ويشبه بقارون فيقول : ﴿ إِنَّمَا أُوتِيتُهُ عَلَىٰ عِلْمٍ عِندِي ﴾ [القصص : 78] .

لقد نسى هؤلاء أن المنصب مفارق ، وأن السلطان غير دائم ، مصداقاً لقول الله

ـ تبارك وتعالى ـ : ﴿ قُلِ اللَّهُمَّ مَالِكَ الْمُلْكِ تُؤْتِي الْمُلْكَ مَن تَشَاءُ وَتَنزِعُ الْمُلْكَ مِمَّن تَشَاءُ وَتُعِزُّ مَن تَشَاءُ وَتُذِلُّ مَن تَشَاءُ بِيَدِكَ الْخَيْرُ إِنَّكَ عَلَىٰ كُلِّ شَيْءٍ قَدِيرٌ ﴾ [آل عمران : 26] ، وفى هذا الخصوص نذكر ماقاله جبريل ـ عليه السلام ـ لأفضل خلق الله محمد رسول الله ـ ﷺ ـ : ***«عش ماشئت فإنك ميت ، وأحبب من شئت فإنك مفارقه ، وأعمل ماشئت فإنك مجزى به ، واعلم أن شرف المؤمن قيامه بالليل ، وعزه استغناؤه عن الناس »*** .

○ **سابعاً : الإفراط فى احتياجات البدن المادية من الطعام والشراب والملبس والزينة** حتى يصاب بالتخمة ، وأمراض البدن ، وكذلك يصاب بمرض العظمة والخيلاء والكبرياء ، وهذا يؤدى إلى التكاسل ، وعدم القيام بما افترضه الله عليه من العبادات والطاعات .

ولقد أمرنا الله ـ عز وجل ـ بالوسطية فى كل شىء ومنها المأكل والمشرب فقال ـ عز وجل ـ : ﴿ يَا بَنِي آدَمَ خُذُوا زِينَتَكُمْ عِندَ كُلِّ مَسْجِدٍ وَكُلُوا وَاشْرَبُوا وَلَا تُسْرِفُوا إِنَّهُ لَا يُحِبُّ الْمُسْرِفِينَ ﴾ [الأعراف : 31] ، وقال ـ تبارك وتعالى ـ : ﴿ كُلُوا مِن ثَمَرِهِ إِذَا أَثْمَرَ وَآتُوا حَقَّهُ يَوْمَ حَصَادِهِ وَلَا تُسْرِفُوا إِنَّهُ لَا يُحِبُّ الْمُسْرِفِينَ ﴾ [الأنعام : 141]

ولقد قال رسول الله ـ ﷺ ـ : ***« ماملأ ابن آدم وعاءً شراً من بطنه »*** إلى آخر الحديث ، كما ورد عن الصالحين : « من أكل كثيراً شرب كثيراً ، فنام كثيراً ، وخسر أجراً كبيراً » .

إن الإفراط فى احتياجات البدن من طعام وشراب وملبس يعود إلى الخيلاء والتكبر ، وتصبح النفس البشرية مقيدة بالهوى والغرائز بدون قيود وهذا كله يقود إلى طريق المسرفين المبذرين إخوان الشياطين .

○ **ثامناً : الاهتمام بالرزق والخشية من قلته** ، ونسيان أن الله هو الخالق الرزاق ، فأحياناً يفرط الإنسان ويشغل نفسه بمسألة الرزق إلى الدرجة التى تمنعه عن

الطاعات ، فيقسو قلبه ، ويصبح مادياً ، يعبد المال من دون الله ـ عز وجل ـ، ويردد ما يقوله الضالون، « **رزق أولادى** » "عض قلبى ولا تعض رغيفى" .

لقد نسى هؤلاء أن الله ـ عز وجل ـ هو الذى خلقهم ، وضمن لهم كفاية الرزق ، وما على أحدهم إلا أن يأخذ بالأسباب المشروعة سعياً وراء الرزق فقد قال الله فى كتابه الكريم : ﴿ اللَّهُ الَّذِى خَلَقَكُمْ ثُمَّ رَزَقَكُمْ ﴾ [الروم :40] ، وقال ـ سبحانه وتعالى ـ: ﴿فَامْشُوا فِى مَنَاكِبِهَا وَكُلُوا مِن رِّزْقِهِ وَإِلَيْهِ النُّشُورُ﴾ [الملك :15] .

ولقد حذرنا رسول الله ـ ﷺ ـ من فتنة المال ، فقال : « **إن لكل أمة فتنة ، وفتنة أمتى المال** » (رواه الترمذى) .

ولا يعنى ما سبق إهمال العمل والكسب الطيب للإنفاق والإعانة على طاعة الله، بل يجب التوازن، فأحياناً نجد كثيراً من العاملين فى الدعوة يشغله العمل للكسب عن دعوته، بل ويخاف أن يدعو الناس إلى الخير ويأمرهم بالمعروف وينهاهم عن المنكر خشية ضياع الوظيفة أو العمل .

وللأمراض السابقة علاج نوضحه بشىء من التفصيل فى الصفحات التالية .

❑ (4 ـ 4) ـ علاج أمراض النفس :

علاج أمراض الأنفس ضرورة شرعية ، فالنفس البشرية مثل باقى مخلوقات الله ـ عز وجل ـ تمرض ويصيبها داء (مرض) ضعف الإيمان والفتور نحو القيام فيما افترضه الله عليها من تكاليف تعبدية ، ولكل مرض دواء ودليل ذلك قول الرسول ـ ﷺ ـ : « **ما أنزل الله داء إلاّ أنزل له شفاء** » (رواه ابن ماجة وإسناده حسن عن أبى هريرة) .

فعندما تظهر أعراض ضعف الإيمان والفتور ، يجب العلاج حتى يعود الإيمان إلى الفطرة التى فطر عليها ، بل يجب على الإنسان صيانة نفسه أولاً بأول للمحافظة على الإيمان ، وتقويته ، وفى هذا الخصوص يقول الرسول ـ ﷺ ـ : « **إن الإيمان ليخلق (يبلى) فى جوف أحدكم ، كما يخلق الثوب فاسألوا الله أن يجدد الإيمان فى قلوبكم** » (رواه

الحاكم والطبراني بإسناد صحيح)« ويقول ـ ﷺ ـ في حديث آخر : « ***ما من القلوب قلب ، إلاّ وله سحابة كسحابة القمر ، بينما القمر مضيء ، إذ علته سحابة فأظلم ، إذ تجلت عنه فأضاء*** » (رواه أبو نعيم في الحلية) .

ويستخلص من هذه الأحاديث النبوية الشريفة ، أن إيمان الفرد قد يضعف بالمعاصي والبعد عن طريق الله ، مثل السحابة التي تحجب نور القمر ، فيجب على الإنسان أن يعمل على إزالة هذه السحابة بوسائل العلاج المشروعة حتى يزداد إيماناً وصلاحاً ، كما يجب على الإنسان صيانة نفسه دائماً حتى لا يتمكن مرض ضعف الإيمان منه ، ويبعده عن طريق السالكين العابدين .

❑ (4 ـ 5) ـ متابعة علاج أمراض النفس :

○ سبل علاج أمراض النفس :

ويجب تشخيص طبيعة نوع مرض النفس وإجراء التحاليل والفحوصات اللازمة مثلما يحدث مع الأمراض البدنية ، واختيار العلاج المناسب للداء المناسب ، كما قال رسول الله ـ ﷺ ـ : « ***تداووا ، عباد الله ، فإن الله ـ سبحانه وتعالى ـ لم يضع داءً إلاّ وضع له شفاء ، إلاّ الهرم*** » : (رواه أبو داود والترمذي) وقال في حديث آخر : « ***ما أنزل الله داء إلاّ أنزل له دواء*** » (رواه ابن ماجة) .

وفي مجال أمراض الأنفس المختلفة نجد سبلا شتى للعلاج منها على سبيل المثال :

(1) **العلاج الذاتي** : حيث يقوم الإنسان بمعالجة نفسه بنفسه عندما تظهر عليه أعراض ضعف الإيمان والفتور ، وهذا أفضل السبل وأنجحها ، ولنا عود لذلك بعد قليل .

(2) **العلاج بواسطة عباد الله الصالحين** ، من خلال القرآن والسنة والأدعية المأثورة والملازمة للصالحين للعون على طاعة الله ، وهذا السبيل مشروع ، ومن موجبات الأخوة في الله ويكمّل العلاج الذاتي ، ولنا عود لذلك بعد قليل .

(3) **العلاج بواسطة الأطباء المتخصصين في الطب النفسي** بسبل مختلفة منها العقاقير والإقامة في أماكن بمواصفات معينة ، والمناقشات وذلك مفيد في حالة

الاكتئاب النفسى والضيق والقلق ، ولا يكون مفيداً فى حالة ضعف الإيمان والفتور عن الطاعات .

(4) **العلاج بواسطة العرافين والدجالين وما فى حكمهم** ، بواسطة السحر والشعوذة ، وهذا غير جائز شرعاً ولا يصلح لأمراض القلب وضعف الإيمان والفتور .

○ وسائل علاج ضعف الإيمان والفتور:

من أخطر الأمراض النفسية التى تصيب الإنسان ، هو ضعف الإيمان والفتور فى عدم القيام بما افترضه الله من فرائض وتكاليف ، ومن الوسائل التى استنبطها أهل الفقه والعلم من عباد الله السالكين والتى يستخدمها الإنسان بنفسه ويعاونه فى ذلك الصحبة الصالحة من إخوانه المتقين المخلصين ما يلى :

(1) استشعار عظمة الله وقدرته :

من المداخل التى تقوى الإيمان وتعالج الفتور ؛ تدبر عظمة وقدرة الله عز وجل ، خالق كل شيء ومدبره ، يعلم ما يُكنُّ الإنسان وما يُعلن ، يعلم خائنة الأعين وما تخفى الصدور ، ومن الآيات القرآنية التى تبرز هذه الحقيقة قول الله ـ تبارك وتعالى ـ : ﴿ لِّلَّهِ مَا فِي السَّمَوَاتِ وَمَا فِي الأَرْضِ وَإِن تُبْدُوا مَا فِي أَنفُسِكُمْ أَوْ تُخْفُوهُ يُحَاسِبْكُم بِهِ اللَّهُ ﴾[البقرة: 284].

﴿ وَلَقَدْ خَلَقْنَا الإِنسَانَ وَنَعْلَمُ مَا تُوَسْوِسُ بِهِ نَفْسُهُ ﴾ [ق : 16].

﴿ تَعْلَمُ مَا فِي نَفْسِي وَلا أَعْلَمُ مَا فِي نَفْسِكَ إِنَّكَ أَنتَ عَلاَّمُ الْغُيُوبِ ﴾ [المائدة : 116].

﴿ قُل لاَّ أَمْلِكُ لِنَفْسِي ضَرًّا وَلا نَفْعًا إِلاَّ مَا شَاءَ اللَّهُ ﴾ [يونس : 49].

﴿ وَاعْلَمُوا أَنَّ اللَّهَ يَعْلَمُ مَا فِي أَنفُسِكُمْ فَاحْذَرُوهُ ﴾ [البقرة : 235].

﴿ فَلا تُزَكُّوا أَنفُسَكُمْ هُوَ أَعْلَمُ بِمَنِ اتَّقَىٰ ﴾ [النجم : 32].

﴿ قُلْ يَا عِبَادِيَ الَّذِينَ أَسْرَفُوا عَلَىٰ أَنفُسِهِمْ لا تَقْنَطُوا مِن رَّحْمَةِ اللَّهِ ﴾ [الزمر : 53].

هذه الآيات وغيرها تذكر الإنسان بقدرة الله على علاج ما اعتراه من ضعف وفتور، وأنه قادر على كل شيء ، عليم بكل شيء ، فهو الذى يرى ويسمع دبيب النملة السوداء على الصخرة الصماء في الليلة الظلماء ، وهو الذى يكشف الكروب ، ويزيل الهموم والغموم ويشفى الأمراض . . . وهذا التدبر فى خلق الله وقدرته يزيد القلب يماناً، ويجعله يتعلق بحبل الله المتين ، ولا يعبأ بالمخلوق لأنه عبد . وكانت من وصايا الرسول - ﷺ - لأبى العباس عبد الله بن عباس - رضى الله عنهما - قال : كنت خلف النبى - ﷺ - يوماً فقال لى : « ***يا غلام إنى أعلمك كلمات : احفظ الله يحفظك ، احفظ الله تجده تجاهك ، إذا سألت فاسأل الله ، وإذا استعنت فاستعن بالله ، واعلم أن الأمة لو اجتمعت على أن ينفعوك بشئ لن ينفعوك إلا بشيء قد كتبه الله لك ، وإن اجتمعوا على أن يضروك بشيء لم يضروك إلا بشيء قد كتبه الله عليك ، رفعت الأقلام وجفت الصحف*** » (رواه الترمذى).

(2) تلاوة القرآن الكريم وتدبر معانيه :

القرآن هو معجزة الله - عز وجل - الخالدة التى تحدى بها الله - سبحانه وتعالى - البشر ، مصداقاً لقوله - تبارك وتعالى - : ﴿ وَإِن كُنتُمْ فِي رَيْبٍ مِّمَّا نَزَّلْنَا عَلَىٰ عَبْدِنَا فَأْتُوا بِسُورَةٍ مِّن مِّثْلِهِ وَادْعُوا شُهَدَاءَكُم مِّن دُونِ اللَّهِ إِن كُنتُمْ صَادِقِينَ ﴾ [البقرة : 23].

﴿ قُل لَّئِنِ اجْتَمَعَتِ الإِنسُ وَالْجِنُّ عَلَىٰ أَن يَأْتُوا بِمِثْلِ هَٰذَا الْقُرْآنِ لا يَأْتُونَ بِمِثْلِهِ وَلَوْ كَانَ بَعْضُهُمْ لِبَعْضٍ ظَهِيرًا ﴾ [الإسراء : ٨٨]ويتضمن القرآن الكريم حقائق علمية وغير علمية تعتبر تحدياً للبشرية ، ولقد دعانا الله عز وجل إلى تدبر آيات القرآن ، لكى نزداد يقيناً بأن مصدرها من عند عليم حكيم فوق مستوى البشر ، ومنزه عن الخطأ ، هو الله - سبحانه وتعالى -، فقال : ﴿ أَفَلا يَتَدَبَّرُونَ الْقُرْآنَ وَلَوْ كَانَ مِنْ عِندِ غَيْرِ اللَّهِ لَوَجَدُوا فِيهِ اخْتِلافًا كَثِيرًا ﴾[النساء : 82].

وتدبر القرآن الكريم شفاء لما يعترى النفس البشرية من أمراض ضعف الإيمان ، فهو - سبحانه وتعالى - القائل : ﴿وَنُنَزِّلُ مِنَ الْقُرْآنِ مَا هُوَ شِفَاءٌ وَرَحْمَةٌ لِّلْمُؤْمِنِينَ ﴾ [الإسراء : 82]، وقال - عز وجل - : ﴿ قَدْ جَاءَتْكُم مَّوْعِظَةٌ مِّن رَّبِّكُمْ وَشِفَاءٌ لِّمَا فِي

الصُّدُورِ﴾[يونس : 57].

ولقد أمرنا رسول الله ـ ﷺ ـ بتدبر آيات القرآن الكريم وفهمها ، والتفاعل معها ، وكيف لا يتأثر الإنسان بالقرآن وهو كلام الله ، بينما يتأثر عندما يسمع أخباراً سارة أو أخرى حزينة من البشر ، ومما يدل على ذلك قول الرسول ـ ﷺ ـ : « **شيبتنى هود وأخواتها : الواقعة والحاقة وإذا الشمس كورت** » (رواه الطبرانى) ، كما أمر رسول الله ـ ﷺ ـ أن نبكى عند تلاوة القرآن تأثراً وتفاعلا ، فقال ـ ﷺ ـ : « **إن هذا القرآن نزل بحزن ، فإذا قرأتموه فابكوا ، فإن لم تبكوا ، فتباكوا ، وتغنوا به فمن لم يتغن بالقرآن ، فليس منا** » (رواه ابن ماجة) ، ومن وصايا رسول الله ـ ﷺ ـ الاستشفاء بالقرآن فقال : « **خير الدواء القرآن** » (رواه ابن ماجة).

إن تدبر آيات القرآن العظيم والتأثر بها يرقق القلوب ويزيل الغبار الذى طمس عليها ، وفى هذا الخصوص يقول ابن قيم الجوزية ، فى أمر علاج الفتور بالقرآن : « ملاك ذلك أمران : أحدهما : أن تنقل قلبك من وطن الدنيا فتسكنه فى وطن الآخرة ، ثم تقبل به كله على معانى القرآن واستجلائها ، وتدبرها وفهم ما يراد منه ، وما نزل لأجله وأن تأخذ نصيبك من كل آياته ، وتنزلها على داء قلبك ، فإذا نزلت هذه الآية على داء القلب برئ القلب بإذن الله »(1).

ومن وصايا ابن عطاء الله السكندرى : لا تترك الذكر لعدم حضورك مع الله فيه ، لأن غفلتك عن وجود ذكره أشد من غفلتك فى وجود ذكره ، فعسى أن يرفعك من ذكر مع وجود غفلة إلى ذكره مع وجود يقظة ، ومن ذكر مع وجود يقظة إلى ذكر مع وجود حضور ، ومن ذكر مع وجود حضور إلى ذكر مع وجود غيبة عما سوى المذكور ، وما ذلك على الله بعزيز (2).

---

(1) ظاهرة ضعف الإيمان : الأمراض والأسباب والعلاج ، من مطبوعات بنك فيصل الإسلامى المصرى39 .

(2) الحكم العطائية والمناجاة الإلهية ، ابن عطاء السكندرى ، صفحة 21.

(3) ـ تدبر خلق الإنسان و مراحل تطوره بقدرة الله :

إن تدبر خلق الإنسان وغيره من المخلوقات الحية ومراحل تطور الجنين فى بطن أمه خلقاً من بعد خلق ، يزيد الإنسان إيماناً بقدرة الله ـ عز وجل ـ ، ويسد كل منافذ الشيطان التى تقذف به فى متاهات الكفر والإلحاد ، والعياذُ بالله .

ولقد تضمن القرآن الكريم العديد من الآيات المناسبة لهذا المقام نذكر منها قول الله ـ عز وجل ـ :

ـ ﴿ يَا أَيُّهَا النَّاسُ ضُرِبَ مَثَلٌ فَاسْتَمِعُوا لَهُ إِنَّ الَّذِينَ تَدْعُونَ مِن دُونِ اللَّهِ لَن يَخْلُقُوا ذُبَابًا وَلَوِ اجْتَمَعُوا لَهُ وَإِن يَسْلُبْهُمُ الذُّبَابُ شَيْئًا لَّا يَسْتَنقِذُوهُ مِنْهُ ضَعُفَ الطَّالِبُ وَالْمَطْلُوبُ (٧٣) مَا قَدَرُوا اللَّهَ حَقَّ قَدْرِهِ إِنَّ اللَّهَ لَقَوِيٌّ عَزِيزٌ ﴾ [الحج 73 ـ 74] .

ـ ﴿ وَفِي أَنفُسِكُمْ أَفَلَا تُبْصِرُونَ ﴾ [الذاريات : 21] .

ـ ﴿ وَلَقَدْ خَلَقْنَا الْإِنسَانَ مِن سُلَالَةٍ مِّن طِينٍ (١٢) ثُمَّ جَعَلْنَاهُ نُطْفَةً فِي قَرَارٍ مَّكِينٍ (١٣) ثُمَّ خَلَقْنَا النُّطْفَةَ عَلَقَةً فَخَلَقْنَا الْعَلَقَةَ مُضْغَةً فَخَلَقْنَا الْمُضْغَةَ عِظَامًا فَكَسَوْنَا الْعِظَامَ لَحْمًا ثُمَّ أَنشَأْنَاهُ خَلْقًا آخَرَ فَتَبَارَكَ اللَّهُ أَحْسَنُ الْخَالِقِينَ ﴾ [المؤمنون : 12 ـ 14] .

ـ ﴿ يَخْلُقُكُمْ فِي بُطُونِ أُمَّهَاتِكُمْ خَلْقًا مِّن بَعْدِ خَلْقٍ فِي ظُلُمَاتٍ ثَلَاثٍ ﴾ [الزمر : 6] .

وفى هذا المقام يقول الرسول ـ ﷺ ـ : « ***إن أحدكم يجمع خلقه فى بطن أمه أربعين يوماً نطفة ، ثم يكون علقة مثل ذلك ، ثم يكون مضغة مثل ذلك ، ثم يرسل إليه الملك فينفخ فيه الروح ويؤمر بأربع كلمات ' بكتب رزقه وأجله وعمله ، وشقى أو سعيد ، . . . إلى آخر الحديث*** » (رواه البخارى ومسلم) .

عندما يتدبر الإنسان من خلَقه ؟ ، وكيف خُلق ؟ ، ويضع إنجاز البشر أمام قدرة الله سبحانه وتعالى ولو اجتمعوا ، يزيده يقيناً بالله ، ويستسلم لله العلى القدير الذى أحسن كل شيء خلقه وبدأ خلق الإنسان من طين ، ويزداد خشوعاً وتضرعاً لله رب العالمين ، ويرقّ قلبه ، وترتجف جوارحه ويوقن بأن الله الذى خلقه هو الذى يهديه بعد الضلال .

(4) ـ التدبر فى آيات الله الكونية:

التدبر فى آيات الله الكونية ، والتفكر فى صفحات الوجود المشهود من حولنا من العبادات الجليلة التى لها أثر بالغ فى إيقاظ الإيمان ومعالجة الفتور .

ولقد أمرنا الله ـ عز وجل ـ بالتدبر والتفكر في ملكه ، وفى القرآن الكريم آيات تدل على ذلك منها قوله ـ تبارك وتعالى ـ : ﴿ الْحَمْدُ لِلَّهِ الَّذِى خَلَقَ السَّمَوَاتِ وَالأَرْضَ وَجَعَلَ الظُّلُمَاتِ وَالنُّورَ ﴾[الأنعام : 1] .

﴿ أَوَلَمْ يَنظُرُوا فِى مَلَكُوتِ السَّمَوَاتِ وَالأَرْضِ وَمَا خَلَقَ اللَّهُ مِن شَىْءٍ ﴾ [الأعراف : 185] .

﴿ هَذَا خَلْقُ اللَّهِ فَأَرُونِى مَاذَا خَلَقَ الَّذِينَ مِن دُونِهِ ﴾ [لقمان : 11] . .

﴿ إِنَّ فِى خَلْقِ السَّمَوَاتِ وَالأَرْضِ وَاخْتِلافِ اللَّيْلِ وَالنَّهَارِ لآيَاتٍ لأُوْلِى الأَلْبَابِ (١٩٠) الَّذِينَ يَذْكُرُونَ اللَّهَ قِيَامًا وَقُعُودًا وَعَلَىٰ جُنُوبِهِمْ وَيَتَفَكَّرُونَ فِى خَلْقِ السَّمَوَاتِ وَالأَرْضِ رَبَّنَا مَا خَلَقْتَ هَذَا بَاطِلاً سُبْحَانَكَ فَقِنَا عَذَابَ النَّارِ ﴾ [آل عمران : 190 ـ 191] .

وكان رسول الله ـ ﷺ ـ فى قيام الليل يقرأ : ﴿ إِنَّ فِى خَلْقِ السَّمَوَاتِ وَالأَرْضِ ﴾ وقد قال عنها : « *ويل لمن قرأها ولم يتدبر فيها* » .

وقال الحسن البصرى ـ رضى الله عنه ـ : « إن تفكر ساعة خير من قيام ليلة » ويقول أبو سليمان الدارانى : « إنى لأخرج من منزلى لا يقع بصرى على شىء إلاّ وجدت لله على نعمة ولى فيه عبرة »(1) .

إن التأثر والتفاعل مع الآيات الكونية يجدد الإيمان بقدرة الله ـ عز وجل ـ، ويذكرنا بعظمته وقدرته وقوته ، عندما يتدبر الإنسان فى دورة الحياة ، وزوجية الكائنات وطبيعة الكون والفضاء وما فيه ، والشمس والقمر والجبال والأنهار يرق قلبه ويخاف الله رب هذا كله . كما يوقن أن هذه المخلوقات جميعاً تسبح الله ـ عز وجل ـ مصداقاً لقوله : ﴿ وَإِن مِّن شَىْءٍ إِلاَّ يُسَبِّحُ بِحَمْدِهِ ﴾ .

---

(1) عبد الرحمن الجندى « من زاد السائرين إلى رب العالمين » ، دار التوزيع والنشر الإسلامية 1996 م ، صفحة 9.

(5) الإكثار من ذكر الله والتوكل عليه والفرار إليه:

لقد أمرنا الله ـ سبحانه وتعالى ـ بدوام ذكره فى كل الأحوال ، فقال ـ تبارك وتعالى ـ: **﴿يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا اذْكُرُوا اللَّهَ ذِكْرًا كَثِيرًا ﴿٤١﴾ وَسَبِّحُوهُ بُكْرَةً وَأَصِيلًا﴾** [الأحزاب : 41 ـ 42] وعن عبد الله بن يسر ـ رضى الله عنه ـ أن رجلاً قال : « ***يا رسول الله إن شرائع الإسلام قد كثرت علىّ فأخبرنى بشىء أتشبث به ، قال: « لا يزال لسانك رطباً بذكر الله*** » (رواه الترمذى وقال: حديث حسن).

والذكر والشكر والتسبيح والتحميد والتكبير فى كل الأحوال علاج للنفوس المريضة وصيانة وتزكية للسليمة وسبيل للعلوّ والسمو بها ، ولا سيما إذا كان ذلك فى جماعة فقد ورد عن رسول الله ـ ﷺ ـ : « ***لا يقعد قوم يذكرون الله ـ عز وجل ـ إلا حفتهم الملائكة وغشيتهم الرحمة ، ونزلت عليهم السكينة وذكرهم الله فيمن عنده*** ». (رواه مسلم).

ويقول ابن القيم : " فى القلب قسوة لا يذيبها إلا ذكر الله تعالى ، فينبغى أن يداوى العبد قسوة قلبه بذكر الله " ، ولقد ورد فى كتابه الوابل الصيب من الكلم الطيب : « الذكر شفاء القلب ودواؤه ، والغفلة مرضه وشفاؤها ودواؤها فى ذكر الله تعالى ».

وذكر الله يطرد الشيطان ، ويحصن قلب المسلم ضد همزاته ، فكلما ازداد ذكر الله زاد الإيمان ولا مكان للشيطان ، ويجب أن يكون الذكر بالقلب وليس فقط باللسان والجوارح ، حتى يستشعر المسلم حلاوة الإيمان.

ويجب أن يكون للمسلم ورد يومى من الأذكار المأثورة من القرآن والسنة ، ومن أقوال الصالحين السالكين القاصدين وجه الله ، كما يجب أن يحافظ على أذكار الصباح والمساء وأذكار اليوم والليلة حتى يكون لسانه دائماً رطباً بذكر الله ، وقلبه مطمئناً آمناً ، مستشعراً قول الله ـ تبارك وتعالى ـ: **﴿ الَّذِينَ آمَنُوا وَتَطْمَئِنُّ قُلُوبُهُم بِذِكْرِ اللَّهِ أَلَا بِذِكْرِ اللَّهِ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ﴾** [الرعد : 28].

ولقد أعد مشايخنا ومنهم ابن القيم وابن تيمية وحسن البنا أوراداً لذكر الله يمكن للأخ المسلم الاستعانة بها[1].

(1) واردة فى متن المراجع فى نهاية الكتاب.

(6) الإكثار من الدعاء والتضرع والتبتل إلى الله.

الدعاء من أنفع الأدوية لعلاج النفوس التى أصابها الفتور بكافة صوره وأشكاله ، فعندما يشتد الكرب ويطبق الهم، ويزداد الغم ، ويطول العناء ، ويهجم اليأس وتثبط الهمم ، فلابد للمسلم من الفرار واللجوء إلى من لا ملجأ منه إلاّ إليه ، إلى من يقيل العثرات ، ويهدى الضالين ، وينتصر للمستضعفين ، ويجيب المضطرين ، ويقبل توبة التائبين . . . إلى الله، الذى يقول عن ذاته العلية : ﴿أَمَّن يُجِيبُ الْمُضْطَرَّ إِذَا دَعَاهُ وَيَكْشِفُ السُّوءَ وَيَجْعَلُكُمْ خُلَفَاءَ الأَرْضِ أَإِلَهٌ مَّعَ اللَّهِ قَلِيلاً مَّا تَذَكَّرُونَ﴾ [النمل : 62].

ولقد أمرنا الله ـ عز وجل ـ بالدعاء فى كل الأحوال ، وهذا أوجب فى حالة الشعور بقسوة القلب وغلظته ، فهو القائل ـ عز وجل ـ : ﴿ وَقَالَ رَبُّكُمُ ادْعُونِى أَسْتَجِبْ لَكُمْ﴾ [غافر : 60] والقائل سبحانه وتعالى : ﴿ وَإِذَا سَأَلَكَ عِبَادِى عَنِّى فَإِنِّى قَرِيبٌ أُجِيبُ دَعْوَةَ الدَّاعِ إِذَا دَعَانِ ﴾ [البقرة : 186].

وليكن لنا فى رسول الله ـ ﷺ ـ أسوة حسنة ، فقد أمرنا بالدعاء ، فقال : « ***الدعاء ينفع مما نزل ومما لم ينزل ، فعليكم عباد الله بالدعاء*** » (متفق عليه) وقال ـ ﷺ ـ : « ***الدعاء هو العبادة*** » (رواه أحمد وأبو داود والترمذى) .

وفى ظل هذا الزمن الملىء بالابتلاءات، والذى طغت فيه أمواج المادة العاتية وعصفت فيه رياح الفساد من كل جانب ، وأحاطت القلوب باليأس والقنوط ، يشعر المسلم بالحاجة الماسة إلى من يكشف عنه البلاء ، ويعالج الداء ، من خلال التضرع والتبتل إلى الله بالدعاء ، لتوثيق الرابطة بينه وبين الله ـ عز وجل ـ.

ويجب على الأخ المسلم أن يكثر من الدعاء فى كل وقت وحين ، بقلب خاشع فيه تضرع وخشية ورغبة ورهبة ، وأن يوقن بأن الله ـ عز وجل ـ سوف يستجيب له ، وأن يغتنم الأوقات والأماكن المستحبة ، فالدعاء سلاح المؤمن وعلاج لأمراضه القلبية.

(7) الإكثار من الأعمال الصالحة الخالصة لله.

يؤدى الإكثار من الأعمال الصالحة إلى تقوية الإيمان وصيانة النفس ضد أسباب

مرض القلب ، كما أنها توثيق لرابطة المسلم بربه حتى يلقاه ، ولقد أشار القرآن إلى ذلك فى قول الله ـ تبارك وتعالى ـ : ﴿ فَمَن كَانَ يَرْجُو لِقَاءَ رَبِّهِ فَلْيَعْمَلْ عَمَلاً صَالِحًا وَلا يُشْرِكْ بِعِبَادَةِ رَبِّهِ أَحَدًا ﴾ [الكهف :110] .

وعندما يعم الفساد ، ويصبح الناس فى خسران مبين ، يجب على من يريد النجاة من المؤمنين أن يزيد من الأعمال الصالحة ، فيقول الله ـ عز وجل فى ـ هذا المقام : ﴿ وَالْعَصْرِ ۝١ إِنَّ الإِنسَانَ لَفِي خُسْرٍ ۝٢ إِلاَّ الَّذِينَ آمَنُوا وَعَمِلُوا الصَّالِحَاتِ وَتَوَاصَوْا بِالْحَقِّ وَتَوَاصَوْا بِالصَّبْرِ ﴾[العصر : 1 - 3]

ولقد حثنا رسول الله ـ ﷺ ـ على المداومة على الأعمال الصالحة عندما سئل : أى الأعمال أحب إلى الله ؟ قال : « ***أدومها وإن قل*** » (رواه البخارى) .

ومن الأعمال الصالحة المستحب الإكثار منها بصفة عامة وفى حالة ظهور أعراض مرض القلوب ما يلى :

○ الصلاة والاستغفار فى جوف الليل : يقول الله ـ عز وجل ـ فى وصف المتقين : ﴿إِنَّ الْمُتَّقِينَ فِي جَنَّاتٍ وَعُيُونٍ ۝١٥ آخِذِينَ مَا آتَاهُمْ رَبُّهُمْ إِنَّهُمْ كَانُوا قَبْلَ ذَلِكَ مُحْسِنِينَ ۝١٦ كَانُوا قَلِيلاً مِّنَ اللَّيْلِ مَا يَهْجَعُونَ ۝١٧ وَبِالأَسْحَارِ هُمْ يَسْتَغْفِرُونَ ﴾[الذاريات : 17 ـ 18] .

وقال الرسول ـ ﷺ ـ : « **أفضل الصلاة بعد الفريضة صلاة الليل** » (رواه مسلم) .

○ الصيام لأنه تهذيب للنفس ، وتزكية وطهارة ووجاء وجُنَّة للإنسان ، ويرقق القلب ، فالمواظبة على صيام الاثنين والخميس وثلاثة أيام فى وسط الشهور القمرية وصوم يوم عرفة ، وصوم تسع من ذى الحجة ويوم عاشوراء وستة من شوال وغير ذلك أمرٌ حث عليه الرسول ـ ﷺ ـ وهو يقول : « ***لكل شىء زكاة ، وزكاة الجسد الصوم ، والصوم نصف الصبر*** »(رواه ابن ماجة) .

○ الزكاة والصدقات التطوعية وما فى حكم ذلك ، فالإنفاق فى سبيل الله ، يطهر النفس من عبادة المال ومن الشح والبخل ، وأصل ذلك قول الله ـ تبارك وتعالى ـ : ﴿ خُذْ مِنْ أَمْوَالِهِمْ صَدَقَةً تُطَهِّرُهُمْ وَتُزَكِّيهِم بِهَا وَصَلِّ عَلَيْهِمْ إِنَّ صَلاتَكَ سَكَنٌ لَّهُمْ ﴾ [التوبة : 103] .

○ الاستغفار والإنابة لله ـ عز وجل ـ، ولقد أمرنا الله بذلك فقال : ﴿ الَّذِينَ يُنفِقُونَ فِي السَّرَّاءِ وَالضَّرَّاءِ وَالْكَاظِمِينَ الْغَيْظَ وَالْعَافِينَ عَنِ النَّاسِ وَاللَّهُ يُحِبُّ الْمُحْسِنِينَ (١٣٤) وَالَّذِينَ إِذَا فَعَلُوا فَاحِشَةً أَوْ ظَلَمُوا أَنفُسَهُمْ ذَكَرُوا اللَّهَ فَاسْتَغْفَرُوا لِذُنُوبِهِمْ وَمَن يَغْفِرُ الذُّنُوبَ إِلاَّ اللَّهُ وَلَمْ يُصِرُّوا عَلَىٰ مَا فَعَلُوا وَهُمْ يَعْلَمُونَ﴾ [آل عمران : 135]. وقال ـ تبارك وتعالى ـ: ﴿ وَمَن يَعْمَلْ سُوءًا أَوْ يَظْلِمْ نَفْسَهُ ثُمَّ يَسْتَغْفِرِ اللَّهَ يَجِدِ اللَّهَ غَفُورًا رَّحِيمًا ﴾ [النساء : 110] وعن أنس ـ رضى الله عنه ـ قال : سمعت رسول الله ـ ﷺ ـ يقول : « **قال الله تعالى : يا ابن آدم ، إنك ما دعوتنى ورجوتنى غفرت لك على ما كان منك ولا أبالى ، يا ابن آدم ، لو بلغت ذنوبك عنان السماء ، ثم استغفرتنى غفرت لك ، يا ابن آدم ، إنك لو أتيتنى بقراب الأرض خطايا ، ثم لقيتنى لا تشرك بى شيئاً ، لأتيتك بقرابها مغفرة** » (رواه الترمذى وقال : حديث حسن).

○ المتابعة بين الحج والعمرة لما فيها من تطهير النفس من الذنوب وزيادة الإيمان ، وتجديد النية ، يقول الله ـ عز وجل ـ: ﴿ وَأَتِمُّوا الْحَجَّ وَالْعُمْرَةَ لِلَّهِ﴾ [البقرة : 196] ويقول الرسول ـ ﷺ ـ : « **تابعوا بين الحج والعمرة** » (رواه الترمذى).

○ الاستكثار من النوافل ، فقد ورد عن رب العزة فى الحديث القدسى عن أبى هريرة ـ رضى الله عنه ـ ، قال : قال رسول الله ـ ﷺ ـ : « **إن الله ـ عز وجل ـ، قال : من عادى لى وليا ، فقد آذنته بالحرب ، وما تقرب إلىّ عبدى بشىء أحب إلىّ مما افترضته عليه ، ومايزال عبدى يتقرب إلىّ بالنوافل حتى أحبّه ، فإذا أحببته كنت سمعه الذى يسمع به ، وبصره الذى يبصر به ، ويده التى يبطش بها ، ورجله التى يمشى بها ، ولئن سألنى لأعطينه ، ولئن استعاذنى لأعيذنه ، وما ترددت عن شىء أنا فاعله ترددى عن نفس عبدى المؤمن ، يكره الموت ، وأنا أكره مساءته** » (رواه البخارى).

إن الاستكثار من الأعمال الصالحة ـ الفرائض والنوافل ـ مما يستطيع المسلم القيام به ، والمداومة على ذلك ، يقى النفس البشرية من الركون والكسل ، ويحميها من الفتور والقنوط واليأس ، ويقوى الإيمان ويُجدده ، ويَجعله فى معية الله .

(8) ملازمة عباد الله الصالحين فى العبادة والذكر :

من الأسباب الخطيرة التى تؤدى إلى مرض القلب ، وفتور النفس ، هو البعد عن ملازمة عباد الله الصالحين الذاكرين الشاكرين رويداً رويداً ، فعندما يجد المسلم نفسه يسير فى ركب الضالين المضلين ، فلابد من تصحيح المسار والعودة إلى الطريق المستقيم، طريق الذين أنعم الله عليهم بنعمة الإسلام والإيمان ، وهذا ما أشار الله ـ عز وجل ـ إليه فى الآية الكريمة : ﴿ وَاصْبِرْ نَفْسَكَ مَعَ الَّذِينَ يَدْعُونَ رَبَّهُم بِالْغَدَاةِ وَالْعَشِيِّ يُرِيدُونَ وَجْهَهُ وَلا تَعْدُ عَيْنَاكَ عَنْهُمْ تُرِيدُ زِينَةَ الْحَيَاةِ الدُّنْيَا وَلا تُطِعْ مَنْ أَغْفَلْنَا قَلْبَهُ عَن ذِكْرِنَا وَاتَّبَعَ هَوَاهُ وَكَانَ أَمْرُهُ فُرُطًا ﴾ [الكهف : 28].

كما أن الذكر فى جماعة يعين الإنسان على التقوية على عبادة الله ، فلا يكون فريسة للشيطان وهمزاته ، ولقد حبب رسول الله ـ ﷺ ـ الاجتماع على الذكر ، فقال : «***لا يقعد قوم يذكرون الله ـ عز وجل ـ إلاَّ حفتهم الملائكة ، وغشيتهم الرحمة ونزلت عليهم السكينة ، وذكرهم الله فيمن عنده***» (رواه مسلم).

وإن كان فرد منتظماً فى عبادة الله ـ عز وجل ـ مع جماعة صالحة معتبرة شرعاً ، وبدأ يتفلت ، فيجب على أفراد هذه الجماعة السؤال عنه ولا يتركونه لشيطانه ، كما أن أداء الأعمال الصالحة فى جماعة ؛ تؤدى إلى تآلف القلوب وتقوية الروابط ، وزيادة الفهم والتدبر ، وتقليل السهو والنسيان . . . فإن الشيطان مع الواحد وهو من الاثنين أبعد ، ولقد ورد عن رسول الله ـ ﷺ ـ قوله : «***عليكم بالجماعة فإن الشيطان مع الواحد وهو من الاثنين أبعد ، من أراد بحبوحة الجنة فليلزم الجماعة***» (رواه الترمذى) وقال : «***ما اجتمع قوم ذكر ، فتفرقوا عنه ، إلاَّ قيلَ لهم : قوموا مغفوراً لكم***» (رواه مسلم).

وكان صحابة رسول الله ـ ﷺ ـ يحرصون على العبادة فى جماعة مثل تلاوة القرآن ، وقراءة الحديث ، ومدارسة العلم والفقه ، وعندما كان يغيب أحدهم عن الصلاة فى جماعة ، يسألون عنه وبذلك كانوا يحافظون على بعضهم البعض من التفلت ، وصدق الرسول ـ ﷺ ـ عندما قال : «***إنما يأكل الذئب من الغنم القاصية***».

(9) تجنب الوقوع فى الصغائر وتعظيم حرمات الله :

من أسباب مرض القلوب أن المسلم يتهاون فى ارتكاب الصغائر رويداً رويداً . . . وهذا يقوده إلى الكبائر وهو لايدرى إلى أن يجد نفسه منغمسًا فيها ، والعلاج من ذلك هو عدم احتقار الصغائر مهما كانت ، وتجنب كل ما يخالف شرع الله والابتعاد عن مواطن الشبهات ، والاهتمام بالشعائر والشرائع جميعاً ، ولقد أشار القرآن إلى ذلك ، فيقول الله ـ عز وجل ـ : ﴿ وَمَن يُعَظِّمْ شَعَائِرَ اللَّهِ فَإِنَّهَا مِن تَقْوَى الْقُلُوبِ ﴾ [الحج :32] ، ويقول ـ سبحانه وتعالى ـ : ﴿وَمَن يُعَظِّمْ حُرُمَاتِ اللَّهِ فَهُوَ خَيْرٌ لَّهُ عِندَ رَبِّهِ ﴾ [الحج :30] كما يحذر رسول الله ـ ﷺ ـ من محقرات الذنوب فيقول : « ***إياكم ومحقرات الذنوب فإنهن يجتمعن على الرجل حتى يهلكنه*** » (رواه أحمد).

وعن أبى عبد الله النعمان بن بشير ـ رضى الله عنهما ـ قال : سمعت رسول الله ـ ﷺ ـ يقول : « ***إن الحلال بيّن وإن الحرام بين وبينهما أمور مشتبهات لا يعلمهن كثير من الناس ، فمن اتقى الشبهات فقد استبرأ لدينه وعرضه ، ومن وقع فى الشبهات وقع فى الحرام ، كالراعى يرعى حول الحمى يوشك أن يرتع فيه ، ألا وإن لكل ملك حمى ، ألا وإن حمى الله محارمه ، ألا وإن فى الجسد مضغة إذا صلحت ، صلح الجسد كله ، وإذا فسدت فسد الجسد كله ، ألا وهى القلب*** » (رواه البخارى ومسلم)فمما يشير إليه هذا الحديث هو أن المعاصى طريق الكفر ، لأن النفس إذا وقعت فى المخالفة انحدرت من مفسدة إلى أخرى أكبر منها ، مثل السارق الذى يتدرج من سرقة البيضة والحبل حتى يمتهن السرقة ، ويجب على المسلم أن يجتنب الحُرَيم والمُحَرّم ، فالحرام حرام لعينه ، والحُرَيم محرم لأنه يتدرج به إلى المحرم .

وكان صحابة رسول الله ـ ﷺ ـ ، يتركون الكثير من الأمور الحلال خشية الوقوع فى الحرمات ، وذلك للمحافظة على أن لا يقعوا فى الحمى ، ولا يجوز الأخذ بالرخص بدون ضرورة ولكن يجب توطين النفس ، على الأخذ بالعزائم سداً لباب الذرائع امتثالاً لقول رسول الله ـ ﷺ ـ : « ***دع ما يريبك إلى ما لا يريبك*** » (رواه الترمذى والنسائى وقال الترمذى : حديث حسن صحيح) .

(10) ـ الإكثار من ذكر الموت واتباع الجنائز وزيارة القبور:

من أسباب قسوة القلب وعدم خشوعه فى العبادات ، وإدباره عن الطاعات ، هو التعلق بالحياة الدنيا وزينتها وبالمال والأولاد والجاه والسلطان حتى يقول الإنسان ما هى إلا حياتنا الدنيا نموت ونحيا وما يهلكنا إلا الدهر ، وبذلك قست القلوب فهى كالحجارة أو أشد قسوة والعلاج لذلك هو الإكثار من ذكر الموت وزيارة القبور وتذكر الحشر والجنة والنار.

ولقد قال الله ـ عز وجل ـ فى القرآن : ﴿ كُلُّ نَفْسٍ ذَائِقَةُ الْمَوْتِ وَإِنَّمَا تُوَفَّوْنَ أُجُورَكُمْ يَوْمَ الْقِيَامَةِ فَمَن زُحْزِحَ عَنِ النَّارِ وَأُدْخِلَ الْجَنَّةَ فَقَدْ فَازَ وَمَا الْحَيَاةُ الدُّنْيَا إِلَّا مَتَاعُ الْغُرُورِ ﴾ [آل عمران : 185] ويقول ـ سبحانه وتعالى ـ: ﴿أَلْهَاكُمُ التَّكَاثُرُ (١) حَتَّىٰ زُرْتُمُ الْمَقَابِرَ﴾[التكاثر : 1 ، 2].

ولقد ورد عن رسول الله ـ ﷺ ـ العديد من الأحاديث النبوية الشريفة التى تحض على الإكثار من ذكر الموت ، وزيارة القبور ، وتذكر يوم الحساب ، فيقول ـ ﷺ ـ : «***أكثروا من ذكر هادم اللذات*** » **يعنى الموت** (رواه الترمذى ، وقال: حديث حسن) ويقول ـ ﷺ ـ : «***كنت نهيتكم عن زيارة القبور ، ألا فزوروها فإنها ترقق القلب ، وتدمع العين ، وتذكر الآخرة ، ولا تقولوا هجراً*** ». (رواه الحاكم).

روى أبو هريرة ـ رضى الله عنه ـ قال : زار رسول الله ـ ﷺ ـ قبر أمه فبكى وأبكى من حوله ، ثم قال : «***إنى استأذنت ربى ـ عز وجل ـ أن أستغفر لها فلم يأذن لى ، واستأذنت فى أن أزور قبرها فأذن لى ، فزوروا القبور فإنها تذكركم الموت*** » (رواه مسلم).

كما أوصانا رسول الله ـ ﷺ ـ بأن ننظر إلى الدنيا على أنها دار فناء وأن الآخرة هى دار البقاء ، فيقول ـ ﷺ ـ : «***كن فى الدنيا كأنك غريب أو عابر سبيل*** » ، وكان ابن عمر ـ ـ رضى الله عنهما ـ يقول : «***إذا أمسيت فلا تنتظر الصباح وإذا أصبحت فلا تنتظر المساء ، وخذ من صحتك لمرضك ، ومن حياتك لموتك*** » (رواه البخارى) .

كما يجب على المسلم حضور الصلاة على الميت ، والذهاب معه حتى القبر حتى

يعتبر أن هذا مصيره مهما طال عليه الأمد ، ولقد أوصانا رسول الله ـ ﷺ ـ بذلك فقال : «**عودوا المرضى ، واتبعوا الجنائز ، تذكركم بالآخرة**» . (رواه أحمد) .

إن استشعار المسلم الذى أصابه مرض القلب وتعلقت نفسه بالحياة الدنيا ، بأنه سوف يموت ويكفن ويقبر ، ولا ينفعه إلا العَمل الصالح يرقق قلبه ، ويرجعه إلى رشده قبل أن يدركه الموت ويقول : ﴿ رَبِّ ارْجِعُونِ ﴿٩٩﴾ لَعَلِّي أَعْمَلُ صَالِحًا فِيمَا تَرَكْتُ ﴾ [المؤمنون : 99] .

(11) ــ تذكر الحساب والثواب والعقاب والجنة والنار :

عندما يمرض القلب ، وتلهى النفس بالدنيا وزخارفها وبالزوجة والأولاد والأموال وغيرها ، مما عبر عنه الله ـ عز وجل ـ فى قوله تعالى : ﴿ زُيِّنَ لِلنَّاسِ حُبُّ الشَّهَوَاتِ مِنَ النِّسَاءِ وَالْبَنِينَ وَالْقَنَاطِيرِ الْمُقَنطَرَةِ مِنَ الذَّهَبِ وَالْفِضَّةِ وَالْخَيْلِ الْمُسَوَّمَةِ وَالأَنْعَامِ وَالْحَرْثِ ذَلِكَ مَتَاعُ الْحَيَاةِ الدُّنْيَا وَاللَّهُ عِندَهُ حُسْنُ الْمَآبِ ﴾ [آل عمران : 14] ، يحتاج أصحاب هذه القلوب المريضة إلى تذكر البعث واليوم الآخر ، وما أعده الله ـ عز وجل ـ للمؤمنين فى الجنة ، وما أعده للكافرين والمنافقين فى النار ، حتى ترق القلوب وتعمل ليوم الحساب ، ﴿ يَوْمَ لا يَنفَعُ مَالٌ وَلا بَنُونَ ﴿٨٨﴾ إِلاَّ مَنْ أَتَى اللَّهَ بِقَلْبٍ سَلِيمٍ ﴾ .

وإن من وسائل علاج القلوب القاسية الغافلة ، أن يتصور أصحابها أهوال يوم القيامة ، يقول الله ـ تبارك وتعالى ـ : ﴿ يَا أَيُّهَا النَّاسُ اتَّقُوا رَبَّكُمْ إِنَّ زَلْزَلَةَ السَّاعَةِ شَيْءٌ عَظِيمٌ ﴿١﴾ يَوْمَ تَرَوْنَهَا تَذْهَلُ كُلُّ مُرْضِعَةٍ عَمَّا أَرْضَعَتْ وَتَضَعُ كُلُّ ذَاتِ حَمْلٍ حَمْلَهَا وَتَرَى النَّاسَ سُكَارَى وَمَا هُم بِسُكَارَى وَلَكِنَّ عَذَابَ اللَّهِ شَدِيدٌ ﴾ [الحج : 1 ـ 2] ، ويقول ـ عز وجل ـ : ﴿ فَإِذَا جَاءَتِ الصَّاخَّةُ ﴿٣٣﴾ يَوْمَ يَفِرُّ الْمَرْءُ مِنْ أَخِيهِ ﴿٣٤﴾ وَأُمِّهِ وَأَبِيهِ ﴿٣٥﴾ وَصَاحِبَتِهِ وَبَنِيهِ ﴿٣٦﴾ لِكُلِّ امْرِئٍ مِّنْهُمْ يَوْمَئِذٍ شَأْنٌ يُغْنِيهِ ﴾ [عبس : 33ـ37] ، ولقد صور رسول الله ـ ﷺ ـ حال الناس فى ذلك اليوم ، فقال : « **يكون الناس على قدر أعمالهم فى العرق ، فمنهم من يكون إلى كعبيه ، ومنهم من يكون إلى ركبتيه ، ومنهم من يكون إلى حقويه ، ومنهم من يلجمه العرق إلجاماً ، وأشار رسول الله ـ ﷺ ـ بيده إلى فيه** » (رواه مسلم) .

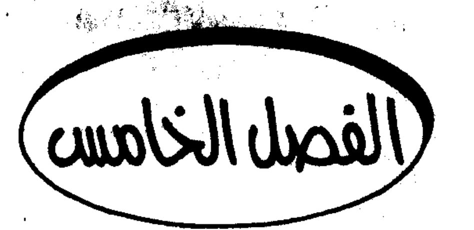
كما يجب أن يتصور صاحب القلب المريض ماذا أعد الله لعباده المؤمنين ، يقول الله .

ـ تبارك وتعالى ـ: ﴿ إِنَّ الَّذِينَ آمَنُوا وَعَمِلُوا الصَّالِحَاتِ كَانَتْ لَهُمْ جَنَّاتُ الْفِرْدَوْسِ نُزُلاً (١٠٧) خَالِدِينَ فِيهَا لا يَبْغُونَ عَنْهَا حِوَلاً ﴾ [الكهف : 107 ـ 108] وصور رسول الله ـ ﷺ ـ أهل الجنة بقوله : «**إذا دخل أهل الجنة الجنة ، ينادى مناد : إن لكم أن تحيوا فلا تموتوا أبداً ، وإن لكم أن تصحُّوا فلا تسقموا أبداً ، وإن لكم أن تشبُّوا فلا تهرموا أبداً وإن لكم أن تنعموا فلا تبأسوا أبداً** » (رواه مسلم) ، وعن أبى هريرة ـ رضى الله عنه ـ قال : قال رسول الله ـ ﷺ ـ : «**قال الله تعالى : أعددت لعبادى الصالحين ما لا عين رأت ، ولا أذن سمعت ، ولا خطر على قلب بشر ، واقرؤوا إن شئتم :** ﴿ فَلا تَعْلَمُ نَفْسٌ مَّا أُخْفِيَ لَهُم مِّن قُرَّةِ أَعْيُنٍ جَزَاءً بِمَا كَانُوا يَعْمَلُونَ ﴾ (متفق عليه).

ومن وسائل علاج النفوس المريضة استشعار ما أعد الله للكافرين الملحدين الظالمين ومن فى حكمهم ، يقول الله ـ تبارك وتعالى ـ: ﴿ خُذُوهُ فَغُلُّوهُ (٣٠) ثُمَّ الْجَحِيمَ صَلُّوهُ (٣١) ثُمَّ فِي سِلْسِلَةٍ ذَرْعُهَا سَبْعُونَ ذِرَاعًا فَاسْلُكُوهُ ﴾ [الحاقة : 30ـ32] ، ويقول الله ـ عز وجل ـ: ﴿ وَوُجُوهٌ يَوْمَئِذٍ عَلَيْهَا غَبَرَةٌ (٤٠) تَرْهَقُهَا قَتَرَةٌ (٤١) أُولَئِكَ هُمُ الْكَفَرَةُ الْفَجَرَةُ ﴾ [عبس : 40 ـ 42] ويصور رسول الله ـ ﷺ ـ أحوال أهل النار ، فيقول : « **إن أهون أهل النار عذاباً يوم القيامة لرجل يوضع فى أخمص قدميه جمرتان يغلى منهما دماغه ما يرى أن أحداً أشد منه عذاباً ، وإنه لأهونهم عذاباً** » (متفق عليه).

إن تصور مشاهد يوم القيامة ، والنشور ، والحشر والمحاسبة ، والميزان والصراط ودار القرار ، والجنة والنار ، يردع الظالم عن ظلمه وتلين به القلوب القاسية ، وتهتزله الجوارح الجامدة . . ويقوى معه الإيمان بالله ويستقيم به العبد ليعمل بعمل أهل الجنة .

** ** ** **



أوراد المحاسبة الذاتية

* المحتويات :

* * * * * *

أوراد المحاسبة الذاتية

❑ تقديم :

يجب أن يكون للإنسان وقفة مع نفسه ، فى كل لحظة ، وفى كل يوم، وفى كل شهر وفى كل سنة ، ليحاسب نفسه عن العمل الذى قام به فى ضوء البيعة والاشتراطات مع الله ، ويسائلها : هل يرقى إلى مستوى أن يلقى ربه بهذا العمل ؟، وهل أدى ما عليه من حقوق لله وللعباد ، كما كان حريصاً أن يحصل على حقوقه ، ثم يوازن بين الحسنات والسيئات ويقيّم نفسه ، ثم يتوب ويستغفر ويجتهد أن يعوض ما فاته من الخيرات .

وتتم عملية المحاسبة الذاتية عن طريق مجموعة من التساؤلات يوجهها الإنسان إلى نفسه ويجيب عليها ، مصداقاً لقول الحق تبارك وتعالى : ﴿ بَلِ الإنسَانُ عَلَىٰ نَفْسِهِ بَصِيرَةٌ ﴾ (القيامة : 14) .

ويتم ذلك فى الدنيا قبل أن يقف أمام الله ـ عز وجل ـ للمحاسبة الأخروية .

﴿ يَوْمَئِذٍ تُعْرَضُونَ لا تَخْفَىٰ مِنكُمْ خَافِيَةٌ ﴾ (الحاقة : 18) .

وفى ضوء الإجابات على التساؤلات يعرف الإنسان :

ـ مقدار التوفيق فى الطاعات فى إرضاء الله ـ سبحانه وتعالى ـ ، فيكثر منها ويشكر الله الذى أعانه على ذلك .

ـ ومقدار التقصير فى جنب الله ، فيعاتب نفسه ، ويستغفر ويتوب ، ويعاهد الله على أن لا يعود إلى الذنوب .

ولقد اجتهد أهل العلم من عباد الله السالكين القاصدين وجهه، والسائرين مع عباد الله الصالحين فى وضع أوراد للمحاسبة اليومية والأسبوعية والشهرية والسنوية لتساعد المسلم على المحاسبة الذاتية ، سوف نعرض نماذج منها فى هذا الباب إن شاء الله وقدر .

❑ [5 ـ 1] ـ معنى ورد المحاسبة الذاتية ومتى تتم ؟

الوِرْدُ : بكسر الواو وتسكين الراء ، يعني الجزء من الشيء يتم بصفة دورية ، ويقصد به فى هذا المقام ، جزء من الأعمال والأفعال التى يقوم بها الإنسان بصفة دورية مرتبة .

ويقصد بورد المحاسبة الذاتية ، مجموعة مختارة من التساؤلات التى يوجهها الإنسان إلى نفسه بصورة منتظمة ، وعلى فترات زمنية دورية ، للاطمئنان من أن أعماله وأفعاله وسلوكياته التى قام بها تتفق مع ما كان يجب القيام به ، وبيان الإيجابيات (الأعمال الحسنة) فيكثر منها ، وبيان السلبيات (الذنوب والمعاصى) فيقلع عنها .

وتتم المحاسبة الذاتية فى المواقيت الآتية :

- المحاسبة الذاتية الفورية : وتتم فور الانتهاء من العمل مباشرة .
- المحاسبة الذاتية اليومية : وتتم فى نهاية اليوم قبل النوم .
- المحاسبة الذاتية الأسبوعية : وتتم فى نهاية الأسبوع ، مثلاً يوم الجمعة .
- المحاسبة الذاتية الشهرية : وتتم فى نهاية كل شهر .
- المحاسبة الذاتية السنوية : وتتم فى نهاية كل سنة .

وهكذا .

ولكل نوع من هذه الأنواع مجموعة مختارة من التساؤلات .

وذلك على النحو الذى سنوضحه تفصيلاً فى الصفحات التالية .

❑ [5 ـ 2] ـ فوائد الالتزام بورد المحاسبة الذاتية

من فوائد الالتزام بورد المحاسبة الذاتية ما يلى :

○ **التحفيز الذاتى للإكثار من الأعمال الصالحة** ، فعندما يطمئن الإنسان أنه قد وُفِّق في عمل طيب مما افترضه الله عليه ، وأدى ما عليه لله ـ عز وجل ـ من حقوق ، ينشرح صدره ، وتطمئن سريرته ، وهذا يدفعه إلى الاستزادة منه ، ولقد أمرنا الله بذلك فقال تبارك وتعالى : ﴿ فَاسْتَبِقُوا الْخَيْرَاتِ ﴾ (البقرة: 148) .

ولقد وصف الله ـ عز وجل ـ الأنبياء بقوله : ﴿ إِنَّهُمْ كَانُوا يُسَارِعُونَ فِي الْخَيْرَاتِ وَيَدْعُونَنَا رَغَبًا وَرَهَبًا وَكَانُوا لَنَا خَاشِعِينَ ﴾ (الأنبياء : 90) .

كما وصف عباده المؤمنين بقوله : ﴿ أُولَٰئِكَ يُسَارِعُونَ فِي الْخَيْرَاتِ وَهُمْ لَهَا سَابِقُونَ ﴾ (المؤمنون : 61) .

○ **معرفة النفس لعيوبها وتقصيرها أولاً بأول** ، حتى يمكن للإنسان تقويمها قبل فوات الأوان ، حين تندم وتقول : ﴿ يَا حَسْرَتَىٰ عَلَىٰ مَا فَرَّطتُ فِي جَنبِ اللَّهِ وَإِن كُنتُ لَمِنَ السَّاخِرِينَ (٥٦) أَوْ تَقُولَ لَوْ أَنَّ اللَّهَ هَدَانِي لَكُنتُ مِنَ الْمُتَّقِينَ ﴾ (الزمر : 56 ، 57) ، إن معرفة التفريط فى حقوق الله يجعل الإنسان يمقت نفسه ، وهذا ما كان يقوم به الصالحون فقد روى الإمام أحمد عن أبى الدرداء ـ رضى الله عنه ـ ، قال : « لا يفقه الرجل كل الفقه حتى يمقت نفسه فى جنب الله ، ثم يرجع إلى نفسه ، فيكون لها أشد مقتاً » ، وفى هذا الخصوص يقول عمر بن الخطاب ـ رضى الله عنه ـ : « من لم يتهم نفسه على دوام الأوقات بالتقصير ، ولم يخالفها فى جميع الأحوال ، ولم يجرها إلى مكروهها فى سائر أوقاته ، كان مغروراً ، ومن نظر إليها باستحسان شىء منها فقد أهلكها » .

○ **التذكير الدائم بنعم الله عليه** فيقارن بين هذه النعم وبين أعماله وأفعاله التى يقدمها لله ، مقارنة بين ما مَنَّ الله به على العباد وبين أداء العباد لحقوق الله ، وفى ضوء المقارنة يدفع نفسه إلى شكر الله والاستزادة من الأعمال الصالحة ، كما يتذكر دائماً أنه فى حاجة إلى عفو الله ورحمته .

✍ نموذج ورد

❑ [5 ـ 3] ـ نموذج ورد المحاسبة الذاتية للإمام حسن البنا

لقد وضع الإمام حسن البنا ـ رحمه الله ـ نموذجاً لورد المحاسبة اليومى ، يتضمن بعض الأسئلة التى تحث المسلم على القيام بالأعمال الصالحات ، ولقد أورد الأدلة على فرضية أو وجوب العمل بها ، من القرآن والسنة ومن أقوال الصالحين .

والتساؤلات التى وردت فى ورد المحاسبة للإمام حسن البنا على سبيل المثال وليس الحصر ، ويمكن للمسلم أن يعد على منوالها أسئلة أخرى وتتعلق هذه الأسئلة بالأمور الآتية :

- **أسئلة** عن أداء الصلاة .
- **أسئلة** عن الإحسان إلى الوالدين .
- **أسئلة** عن حسن الجوار .
- **أسئلة** عن الكبر والرياء والحقد والحسد .
- **أسئلة** عن نظافة اللسان من الكذب والغيبة والنميمة والجدل واللغو .
- **أسئلة** عن الكسب والطعام الطيب .
- **أسئلة** عن التوبة الصادقة .

ويمكن أن يضاف إلى هذه الأسئلة ، أسئلة أخرى منها على سبيل المثال :

- **أسئلة** عن الصيام : الفرائض والنوافل .
- **أسئلة** عن التضحية والجهاد فى سبيل الله .

- **أسئلة** عن الزكاة والصدقات .
- **أسئلة** عن الحج والعمرة . (إن وجبتا) .
- **أسئلة** عن الإخلاص فى العمل وإتقانه .
- **أسئلة** عن حقوق أفراد الأسرة : الزوجة والأولاد .

وفى الصفحة التالية نمـوذج لورد المحـاسبة كما وضعه الإمـام حسن البنا دون زيادة أو نقصان .

** ** **

﴿كَفَىٰ بِنَفْسِكَ الْيَوْمَ عَلَيْكَ حَسِيبًا﴾
﴿بَلِ الْإِنسَانُ عَلَىٰ نَفْسِهِ بَصِيرَةٌ ۝ وَلَوْ أَلْقَىٰ مَعَاذِيرَهُ﴾

ورد المحاسبة اليومى

حاسبُوا أنفسكم قبل أن تحاسَبُوا
وزِنوا أعمالكم قبل أن توزن عليكم

سؤال : هل أديت الصلوات الخمس اليوم ؟ !! إذا لم تكن فقم أدها مخافة أن يهاجمك الموت ؟

بعض ما ورد فيه :

○ **من كتاب الله :** ﴿ إِنَّ الصَّلَاةَ كَانَتْ عَلَى الْمُؤْمِنِينَ كِتَابًا مَّوْقُوتًا ﴾ .

○ **من أحاديث الرسول :** « *سُئل رسُول الله ـ ﷺ ـ أى العمل أحبّ إلى الله قال : الصلاة على وقتها . .* » متفق عليه .

○ **من كلام الحكماء :** (لو خيّرتُ بين ركعتين وبين دخول الجنة لاخترت صلاة الركعتين لأن فى أدائهما رضاءً لربى ، وفى دخول الجنة رضاء لنفسى ، وأولى بالعبد المؤدب أن يفضل رضاء ربه على رضاء نفسه) الحسن البصرى .



سؤال : كم وقتاً أديته فى جماعة ؟ إن نبى الإسلام كان يصلى فى جماعة أثناء مباشرة الحرب فما بالك بالسلم ؟

بعض ما ورد فيه :

○ **من كتاب الله :** ﴿ وَإِذَا كُنتَ فِيهِمْ فَأَقَمْتَ لَهُمُ الصَّلَاةَ فَلْتَقُمْ طَائِفَةٌ مِّنْهُم مَّعَكَ وَلْيَأْخُذُوا أَسْلِحَتَهُمْ ﴾ .

○ **من أحاديث الرسول** : عن أبى هريرة قال : « *إن رسول الله ـ ﷺ ـ فقد ناساً فى بعض الصلوات فقال : لقد هممت أن آمر فتيتى أن يجمعوا حزم الحطب ثم آمر بالصلاة فتقام ثم آتى قوماً يصلون فى بيوتهم ليست بهم علة فأحرقها عليهم* » .

○ **من كلام الحكماء** : (كان الصالحون يُعزُّون أنفسهم إذا فاتهم تكبيرة الإحرام خلف الإمام قائلين : ليس المصاب من فقد الأحباب إنما المصاب من حرم الثواب) .



هل كانت صلاتك محلاة بالخشوع ؟

بعض ما ورد فيه :

○ **من كتاب الله** : ﴿ قَدْ أَفْلَحَ الْمُؤْمِنُونَ (١) الَّذِينَ هُمْ فِي صَلَاتِهِمْ خَاشِعُونَ ﴾ .

○ **من أحاديث الرسول** : « *عن عبد الله بن الشخّير ـ رضى الله عنه ـ قال : أتيت رسول الله ـ ﷺ ـ وهو يصلى ولجوفه أزيز كأزيز المرجل من البكاء* » .

○ **من كلام الحكماء** : (أصلى وكأن الكعبة بين عينى وكأن الجنة عن يمينى ورسول الله يتصفح صلاتى) .



هل أحسنت إلى والديك أحياء وأمواتاً ؟

بعض ما ورد فيه :

○ **من كتاب الله** :

1 ـ ﴿ أَنِ اشْكُرْ لِي وَلِوَالِدَيْكَ ﴾

2 ـ ﴿ وَاعْبُدُوا اللَّهَ وَلا تُشْرِكُوا بِهِ شَيْئًا وَبِالْوَالِدَيْنِ إِحْسَانًا ﴾ .

○ **من احاديث الرسول :** *« سئل رسول الله ـ ﷺ ـ من أحق الناس بحسن صحبتي؟ قال : أمك ، قال : ثم من؟ قال : أمك ، قال : ثم من؟ قال : أمك ، قال : ثم من؟ قال : أبوك »* .

○ **من كلام الحكماء :** (عرض علقمة الصحابي وكانت أمّه غاضبة عليه فإذا ما وجهوه إلى النطق بالشهادتين سكت ، فقال الرسول : غضب أمه حجب لسانه عن الشهادة) .

سؤال : هل أحسنت جوار من جاورك من آدميين وملائكة ؟

بعض ما ورد فيه :

○ **من كتاب الله :** ﴿ وَالْجَارِ ذِي الْقُرْبَىٰ وَالْجَارِ الْجُنُبِ ﴾ .

○ **من احاديث الرسول :** 1 ـ *« ما زال جبريل يوصيني بالجار حتى ظننت أنه سيورثه»* .

2 ـ *« من آذى جاره فقد آذاني »* .

○ **من كلام الحكماء :** (قيل لرجل يشكو كثرة الفئران : هلا اقتنيت هرة ؟ فقال : أخشى أن يسمع الفئران صوتها فتفر إلى دور الجيران فأكون قد آذيتهم) .

سؤال : هل نظفت قلبك من الكبر والرياء والحقد والحسد ؟

بعض ما ورد فيه :

○ **من كتاب الله :** 1 ـ ﴿ إِنَّهُ لا يُحِبُّ الْمُسْتَكْبِرِينَ ﴾ .

2 ـ ﴿ وَمَا أُمِرُوا إِلاَّ لِيَعْبُدُوا اللَّهَ مُخْلِصِينَ لَهُ الدِّينَ ﴾ .

3 ـ ﴿ وَمِن شَرِّ حَاسِدٍ إِذَا حَسَدَ ﴾ .

○ **من أحاديث الرسول :** 1 ـ « *لا يدخل الجنة من كان فى قلبه مثقال ذرة من كبر* » .

2 ـ **كما ورد فى الحديث القدسى :** « *الإخلاص سر من أسرارى استودعته قلب من أحب من عبادى* » .

3 ـ « *دب إليكم داء الأمم قبلكم : الحسد والبغضاء* » .

○ **من كلام الحكماء :** (واعظ يقول لك : إياك والكبر فإنها أول معصية حصلت فى السماء ، تكبر إبليس فصار من الملعونين ، وإياك والحرص فإنها أول معصية حصلت فى الجنة ، وإياك والحسد فإنها أول معصية حصلت فى الأرض) .

سؤال : هل نطقت لسانك من الكذب والغيبة والنميمة والجدل واللغو ؟

بعض ما ورد فيه :

○ **من كتاب الله :** 1 ـ ﴿ وَلا يَغْتَب بَّعْضُكُم بَعْضًا ﴾ .

2 ـ ﴿ أَلا لَعْنَةَ اللَّهِ عَلَى الْكَاذِبِينَ ﴾

3 ـ ﴿ وَيْلٌ لِّكُلِّ هُمَزَةٍ لُّمَزَةٍ ﴾ .

○ **من أحاديث الرسول :** « *لا يستقيم إيمان عبد حتى يستقيم قلبه ولا يستقيم قلبه حتى يستقيم لسانه ، قيل : ما النجاة يا رسول الله ؟ أمسك عليك لسانك* » .

○ **من كلام الحكماء :** 1 ـ (ما عقل دينه من لم يعقل لسانه) الحسن البصرى .

2 ـ (والله لغيبة أسرع فى فساد دين الرجل من الأكلة فى الجسد) . ابن سيرين .

سؤال : هل اتقيت الله فى مكسبك ومطعمك ؟

بعض ما ورد فيه :

○ **من كتاب الله** : 1 ـ ﴿ يَا أَيُّهَا الرُّسُلُ كُلُوا مِنَ الطَّيِّبَاتِ ﴾

2 ـ ﴿ يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا كُلُوا مِن طَيِّبَاتِ مَا رَزَقْنَاكُمْ ﴾ .

3 ـ ﴿ وَلَا تَأْكُلُوا أَمْوَالَكُم بَيْنَكُم بِالْبَاطِلِ ﴾ .

○ **من أحاديث الرسول** : 1 ـ *« أيما امرئ نبت لحمه من حرام فالنار أولى به »* .

2 ـ *« طوبى لمن طاب كسبه ، وصلحت سريرته ، وعزل عن الناس شره ، واشتغل بعيبه عن عيوب الناس »* .

○ **من كلام الحكماء** : (لو عثرت على رغيف من حلال لداويت به أربعين مريضاً) الحسن البصرى .

سؤال : هل اعتذرت إلى ربك بتوبة صادقة ؟

بعض ما ورد فيه :

○ **من كتاب الله** : ﴿ وَتُوبُوا إِلَى اللَّهِ جَمِيعًا أَيُّهَا الْمُؤْمِنُونَ لَعَلَّكُمْ تُفْلِحُونَ ﴾ .

○ **من أحاديث الرسول** : *« إذا تاب العبد تاب الله عليه ، وأنسى الحفظة ما عمل من الخطايا ، وأنسى مقامه من الأرض لأجل أن يأتى يوم القيامة وليس عليه شاهد بذنب »* .

○ **من كلام الحكماء** : (يا داود : أنين الأوابين أحب من ذكر الذاكرين) .

❑ [5 ــ 4] ــ نموذج لورد المحاسبة والتقويم اليومى

هناك واجبات وتكليفات يومية للمسلم من العبادات والطاعات والعمل للكسب الطيب ، وقضاء مصالح الناس ، ورعاية البيت والأولاد وصلة الرحم ، والخروج فى سبيل الله ، والدعوة إلى الخير والأمر بالمعروف والنهى عن المنكر وهذا كله طبقاً لشرع الله سبحانه وتعالى .

ويبدأ المسلم يومــه قبيل صلاة الفجر وينتهى بعد صلاة العشاء وقت الذهاب إلى منامه ، ومن الأشياء الهامة التى يسأل المسلم نفسه عنها يومياً على سبيل المثال ما يلى :

* الصلوات .
* قراءة القرآن .
* الذكر والدعاء والاستغفار .
* العمل للكسب الطيب .
* قضاء مصالح الأسرة وصلة الأرحام .
* قضاء مصالح الناس .
* الدعوة إلى الله .
* الالتزام بالأخلاق .
* الصدقات .

وهكذا

ويمكن وضع هذه التساؤلات فى شكل جدول ، ويعطى لكل عمل درجة معينة حسب كونه : فرضاً / أو واجباً / أو مندوباً . . . . . .

وفى ضوء الدرجات التى حصل عليها الإنسان يقيّم نفسه ، كما يمكنه المقارنة بين الأمس واليوم ، ويعرف إلى مدى تقرب إلى الله أكثر فأكثر .

وفى الصفحات التالية جداول تعين الإنسان على المحاسبة الذاتية والتقويم الذاتى .

جدول ورد المحاسبة اليومى

يــوم :   شهر :

مسلسل	الوقـــت	الأعـــمـــال	الدرجة العليا	الدرجة الفعلية	ملاحظـــات
1	قبيل الفجر	• صلاة التهجد بالمنزل	5		
2	وقت الفجر	• صلاة الفجر بالمسجد . • الورد القرآنى .	10 5		
3	وقت الشروق	• أذكار الصباح والاستغفار • صلاة الضحى بالمنزل .	5 5		
4	طول اليوم	• العمل بإخلاص وإتقان . • الالتزام بحسن الخلق .	5 5		
5	وقت الظهر	• صلاة الظهر فى جماعة بالمسجد ومواصلة العمل .	10		
6	وقت العصر	• صلاة العصر فى جماعة بالمسجد	10		
7	قبيل المغرب	•أذكار المساء والاستغفار .	5		
8	وقت المغرب	• صلاة المغرب بالمسجد . • قضاء مصالح الأسرة .	10 5		
9	وقت العشاء	• صلاة العشاء بالمسجد . • قضاء مصالح الناس والدعوة إلى الله .	10 5		
10	قبيل النوم	• صلاة الوتر وورد المحاسبة .	5		
		المجموع	100		

جدول التقويم اليومى

○ **الدرجات .**

ـ الدرجة القصوى	100	درجة
ـ الدرجة الفعلية	. . .	درجة
ـ الفرق	. . .	درجة

ـ النسبة المئوية للدرجة الفعلية إلى القصوى = ٪

ـ النسبة المئوية للدرجة الفعلية إلى القصوى فى اليوم السابق = ٪

ـ نسبة التقدم أو التقصير = ٪

○ **أسباب التقصير .**

ـ

ـ

ـ

○ **سبل تعويض ما فات .**

ـ

ـ

ـ

○ **نصائح ووصايا للاستزادة من الصالحات .**

ـ

ـ

ـ

❏ [5 ـ 5] ـ نموذج لورد المحاسبة والتقويم الأسبوعى

يجب أن يكون للمسلم ورد محاسبة أسبوعى ، ليعرف حصاد الأسبوع من العبادات والمعاملات ، حتى يكون على بصيرة من أمره ، ولا يختلف هذا الورد عن الورد اليومى باستثناء إضافة لبعض الأعمال الجديدة مثل صلاة الجمعة والصيام والصدقات .

ومن الأشياء التى ترد فى ورد المحاسبة الأسبوعى ما يلى :

- صلاح التهجد .
- الورد القرآنى .
- أذكار الصباح والمساء .
- الصلوات الخمس .
- صيام الاثنين والخميس .
- قضاء مصالح الأسرة وصلة الأرحام .
- قضاء مصالح الناس .
- الدعوة إلى الله .
- حضور دروس العلم .
- صلاة الجمعة .
- الصدقات .

ويعطى للأعمال السابقة درجات ، حتى يحسب المسلم حصاده خلال الأسبوع ويقارن ذلك بما كان يجب ، ويقيم نفسه بنفسه ، ويصلح نفسه ويدعو غيره .

وفى الصفحة التالية جدول المحاسبة الأسبوعى ، وهو عبارة عن ملخص جدول المحاسبة اليومى السابق مع بعض الإضافات البسيطة مثل الصوم وصلاة الجمعة والصدقات ، كما يمكن تصوير هذا الجدول بطريقة أخرى حتى يشمل كل الأيام . .

ويعقب جدول المحاسبة الأسبوعى ، جدول التقويم الأسبوعى على النحو الوارد فى الصفحات التالية :

جدول ورد المحاسبة الأسبوعى

الأسبوع رقم :

عن الفترة من إلى

مسلسل	الأعمال	الدرجة العليا	الدرجة الفعلية	درجة الأسبوع الماضي	التقدم أو التقصير	ملاحظات
1	• صلاة التهجد والفجر	10				
2	• الورد القرآنى والثقافة الإسلامية	10				
3	• أذكار الصباح والمساء .	10				
4	• الصلوات الخمس (الفرائض والنوافل)	10				
5	• الانضباط والإخلاص فى العمل وحسن الخلق .	10				
6	• صيام الاثنين والخميس .	10				
7	• قضاء مصالح الأسرة وصلة الأرحام .	10				
8	• قضاء مصالح الناس والدعوة إلى الله	10				
9	• الصدقات .	10				
10	• صلاة الجمعة وحضور دروس العلم .	10				
	المجموع	100				

جدول التقويم الأسبوعي

○ الدرجات.

- الدرجة العليا للأسبوع 100 درجة
- الدرجة الفعلية ... درجة
- الفرق ... درجة
- درجة الأسبوع السابق الفعلية ... درجة

○ النسب المئوية:

- النسبة المئوية لحصاد الأسبوع : = ٪
- النسبة المئوية لحصاد الأسبوع السابق = ٪
- نسبة التقدم أو التقصير = ٪

○ أسباب التقصير.

-
-
-

○ سبل تعويض ما فات.

-
-
-

○ نصائح ووصايا للتقدم إلى الأحسن.

-
-
-

[5 ـ 6] ـ نموذج لورد المحاسبة والتقويم الشهرى

يجب أن يكون للمسلم ورد محاسبة شهرى ، ليقيم فيه حصاده من العبادات والمعاملات وغيرهما ، حتى يكون على بصيرة من نفسه ليستزيد من الصالحات ، ويتوب عن الذنوب والمعاصى والآثام .

ولا يختلف ورد المحاسبة الشهرى عن ورد المحاسبة الأسبوعى باستثناء إضافة بعض الأعمال التى قد لا تحدث إلا خلال الشهر مثل : الزكاة والصدقات وصيام أيام المناسبات وحضور الندوات والمؤتمرات ، والسفر إلى البلاد لقضاء مصالح مفيدة شرعاً والمشاركة فى بعض المناسبات مثل الزواج والمواساة فى الموت وغيرها والتى تختلف من شخص إلى شخص .

ومن الأمور التى ترد فى ورد المحاسبة الشهرى ما يلى :

- صلاة التهجد والفجر .
- الورد القرآنى والثقافة الإسلامية .
- الأذكار والاستغفار .
- الصلوات الخمس وصلاة الجمعة .
- الصيام .
- قضاء المصالح .
- الدعوة إلى الله .
- حضور دروس العلم .
- الزكاة والصدقات .
- المشاركة فى المناسبات الاجتماعية .
- وهكذا . .

ويعطى للأعمال السابقة درجات ، حتى يحسب المسلم نصيبه منها ويقارن بين الشهر الحالى والشهر السابق ، ويعرف مدى التطور إلى الأحسن ، ويجتهد أن يعوض ما فاته .

وفى الصفحات التالية نموذج لجدول المحاسبة الشهرى ، وآخر للتقويم الشهرى .

جدول ورد المحاسبة الشهرى

شهر :   بالمقارنة مع شهر

سنة :

مسلسل	الأعمـــال	الدرجة العليا	الدرجة الفعلية	درجة الشهر السابق	التقدم أو التقصير	ملاحظــات
1	• صلاة التهجد وصلاة الفجر	10				
2	• الورد القــرآنى والثـقـافـة الإسلامية	10				
3	• الأذكار والاستغفار .	10				
4	• الصلوات الخـمـس وصـلاة الجمعة	10				
5	• الانضباط والإخلاص فى العمل والالتزام بالأخلاق الفاضلة	10				
6	• صيام (صيام النوافل)	10				
7	• الصدقات بكافة صورها	10				
8	• قـضـاء مـصـالح الأسـرة وصلة الأرحام .	10				
9	• قضاء مصالح الناس والدعوة إلى الله عز وجل	10				
10	• المشـاركـة فى المناسـبـات الاجتماعية . • حضور دروس العلم . • أعمال أخرى .	10				
	الإجمالى	100				

جدول التقويم الشهري

○ الدرجات

ـ الدرجة العليا للشهر	100	درجة
ـ الدرجة الفعلية للشهر	. . .	درجة
ـ الفرق	. . .	دزجة
ـ الدرجة الفعلية للشهر السابق	. . .	درجة

○ النسب المئوية :

ـ النسبة المئوية لحصاد الشهر :	=	٪
ـ النسبة المئوية لحصاد الشهر السابق	=	٪
ـ نسبة التقدم أو نسبة التقصير	=	٪

○ أسباب التقصير.

ـ

ـ

ـ

○ سبل تعويض ما فات.

ـ

ـ

ـ

○ نصائح ووصايا للتقدم إلى الأحسن فى الشهر المقبل.

ـ

ـ

ـ

❑ [5 ـ 7] ـ نموذج لورد المحاسبة والتقويم السنوى .

عندما يبدأ عام جديد ، يَقُوُم المسلم ، بمحاسبة نفسه ، عن أعماله فى العام السابق ، وهل كان إلى الله أقرب وعلى طاعته أدوم ، فيشكر الله سبحانه وتعالى على نعمه وعلى ما أعانه من عبادات وطاعات ، ويلوم نفسه عن التقصير فى جنب الله ويتوب ويستغفر ، ثم يعقد العزم على تعويض ما فاته ويخطط للعام الجديد من زيادة الحسنات ، والمبادرة بعمل الصالحات وتجنب المعاصى .

ويجب أن يعاهد المسلم الله في العام الجديد على المبادرة فى عمل الخيرات مصداقاً لقول الله تبارك وتعالى : ﴿ فَاسْتَبِقُوا الْخَيْرَاتِ إِلَى اللَّهِ مَرْجِعُكُمْ ﴾[البقرة : 148] واتباعاً لوصية الرسول ـ ﷺ ـ الذى قال : « **بادروا بالأعمال الصالحة فستكون فتن كقطع الليل المظلم ، يصبح الرجل مؤمناً ويمسى كافراً ، ويمسى مؤمناً ويصبح كافراً ، ويبيع دينه بعرض من الدنيا** » ولقد روى أبو ذر الغفارى ـ رضى الله عنه ـ قال : أوصانى خليلى بأربع كلمات هن إلىّ أحب من الدنيا وما فيها قال لى : « يا أبا ذر : أحكم السفينة فإن البحر عميق واستكثر الزاد فإن السفر طويل ، وخفف ظهرك فإن العقبة كؤود ، وأخلص العمل فإن الناقد بصير » (رواه الإمام المقدسى) .

ومن الأعمال التى يسائل المسلم نفسه عنها عند نهاية كل عام وقدوم عام جديد ما يلى :

- الصلاة .
- الصوم .
- الزكاة والصدقات .
- العمرة والحج .
- اللالتزام بالأخلاق الفاضلة .
- العمل والكسب الحلال والإنفاق فى الحلال .
- بر الوالدين وصلة الأرحام .
- قضاء مصالح الأسرة (الزوجة والأولاد) .

○ قضاء مصالح المسلمين .

○ الدعوة إلى الله .

○ وهكذا

ويلاحظ أن معظم هذه الأعمال قد سبق أن وردت فى أوراد المحاسبة اليومية/ الأسبوعية / الشهرية ، وذكرها فى هذا المقام مرة أخرى من باب التذكير ، كما تفيد بعض الأفراد الذين لا يقومون بالمحاسبة الذاتية إلاّ سنويا .

وتعطى للأعمال السابقة درجات ، ثم يحسب نصيبه منها ويقارن بين السنة الحالية والسنة الماضية ، ويقيم نفسه من حيث التطور إلى الأحسن .

وفى الصفحات التالية نموذج لجدول المحاسبة السنوى وآخر للتقويم السنوى .

جدول المحاسبة السنوية (كشف الحساب السنوى)

عن سنة :   بالمقارنة من سنة

مسلسل	الأعمال	الدرجة العليا	الدرجة الفعلية	درجة السنة السابقة	التقدم أو التقصير	ملاحظات
1	• الصلوات.	10				
2	• الصوم.	10				
3	• الزكاة والصدقات.	10				
4	• العمرة والحج.	10				
5	• الالتزام بالأخلاق.	10				
6	• الكسب والإنفاق.	10				
7	• بر الوالدين وصلة الأرحام.	10				
8	• قضاء مصالح الأسرة.	10				
9	• قضاء مصالح المسلمين والمشاركة فى المناسبات الاجتماعية.	10				
10	الدعوة إلى الله.	10				
	المجموع	100				

جدول التقويم السنوى

○ **الدرجات.**

ـ الدرجة العليا للسنة	100	درجة
ـ الدرجة الفعلية للسنة	...	درجة
ـ الفرق	...	درجة
ـ الدرجة الفعلية للسنة السابقة	...	درجة

○ **النسب المئوية :**

ـ النسبة المئوية لحصاد السنة :	=	٪
ـ النسبة المئوية لحصاد السنة السابقة	=	٪
ـ نسبة التقدم أو نسبة التقصير	=	٪

○ **أسباب التقصير.**

-
-
-

○ **سبل تعويض ما فات.**

-
-
-

○ **نصائح ووصايا للتقدم إلى الأحسن فى السنة المقبلة.**

-
-
-

❑ [5 ـ 8] ـ ورد المحاسبة اليومى فى رمضان

من أهم سمات النفس المؤمنة الورعة الوجلة : المحاسبة الذاتية على التصرفات والأفعال ، ما ظهر منها وما بطن ، وذلك حتى تتأكد من أنها تسير على الطريق المستقيم الذى حدد معالمه الله عز و جل فى القرآن الكريم ، ووضحه رسول الله صلى الله عليه وسلم وسار عليه السلف الصالح ومن تبعهم و ذلك حتى يتبين لصاحب هذه النفس الخطأ من الصواب والانحراف من الاستقامة لتعالج الخطأ وتستقيم على الصراط المستقيم .

وإن كان المسلم عليه أن يحاسب نفسه فى كل الأوقات ، فإنه من الأحرى أن يتعهد ذلك فى رمضان موسم العبادات والطاعات والأعمال الصالحات ، فعليه أن يغتنم كل لحظة فيه ليكسب الأجر الذى وعده الله به وهو الرحمة والمغفرة والعتق من النار ولذلك يجب أن يكون له ورد محاسبة يومى يحاسب نفسه عما قدم من أعمال صالحة وما فاته من خير ، فماذا يسأل المسلم الصائم نفسه ؟ وكيف يقوّم نفسه ليكون على الطريق المستقيم ، طريق الذين أنعم الله عليهم من النبيين والصالحين وحسن أولئك رفيقاً .

السؤال الأول : هل استحضرت نية الصيام بأن يكون لله ؟

يقول الله عز وجل : ﴿ يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا كُتِبَ عَلَيْكُمُ الصِّيَامُ كَمَا كُتِبَ عَلَى الَّذِينَ مِن قَبْلِكُمْ لَعَلَّكُمْ تَتَّقُونَ﴾ [البقرة :183] ، ويقول الرسول صلى الله عليه وسلم : " إنما الأعمال بالنيات وإنما لكل امرئ ما نوى ، فمن كانت هجرته إلى الله ورسوله فهجرته إلى الله ورسوله ، ومن كانت هجرته لدنيا يصيبها أو امرأة ينكحها فهجرته إلى ما هاجر إليه " (البخارى و مسلم) ، ويقول صلى الله عليه وسلم أيضاً : " من صام رمضان إيماناً واحتساباً غفر له ما تقدم من ذنبه" (متفق عليه) .

السؤال الثانى : هل أديت الصلوات الخمس فى جماعة خاشعاً مستحضراً عظمة الله ؟

يقول الله عز وجل : ﴿ إِنَّ الصَّلاَةَ كَانَتْ عَلَى الْمُؤْمِنِينَ كِتَاباً مَّوْقُوتاً﴾ [البقرة : 103] ، ويقول سبحانه وتعالى : ﴿ قَدْ أَفْلَحَ الْمُؤْمِنُونَ ، الَّذِينَ هُمْ فِي صَلاتِهِمْ خَاشِعُونَ ﴾ [المؤمنون : 1-2] .

وسئل الرسول صلى الله عليه وسلم : " أي العمل أحب إلى الله ، قال : الصلاة على وقتها" (متفق عليه) ، ويقول صلى الله عليه وسلم أيضاً : " الصلوات الخمس والجمعة إلى الجمعة كفارة لما بينهن مالم تغش (تتجنب) الكبائر" (رواه مسلم) .

السؤال الثالث : هل واظبت على صلاة القيام في جماعة في رمضان ؟

يقول الله عز وجل في وصف عباد الرحمن : ﴿ وَالَّذِينَ يَبِيتُونَ لِرَبِّهِمْ سُجَّداً وَقِيَاماً ﴾ [الفرقان : 64] ، ويقول سبحانه وتعالى : ﴿ تَتَجَافَى جُنُوبُهُمْ عَنِ المَضَاجِعِ يَدْعُونَ رَبَّهُمْ خَوْفاً وَطَمَعاً﴾ [السجدة : 16] .

ويقول الرسول صلى الله عليه وسلم : " من قام رمضان إيماناً واحتساباً غفر له ما تقدم من ذنبه " (متفق عليه) .

السؤال الرابع : هل صليت صلاة التهجد في رمضان ؟

يقول الله عز وجل : ﴿ وَمِنَ اللَّيْلِ فَتَهَجَّدْ بِهِ نَافِلَةً لَّكَ عَسَى أَن يَبْعَثَكَ رَبُّكَ مَقَاماً مَّحْمُوداً ﴾ [الإسراء : 79] ، و من صفات المتقين : ﴿ وَبِالأَسْحَارِ هُمْ يَسْتَغْفِرُونَ﴾ [الذاريات : 18] .

ويقول الرسول صلى الله عليه وسلم :" عليكم بقيام الليل ، فإنه دأب الصالحين قبلكم ، ومقربه لكم إلى ربكم ، ومكفرة للسيئات ومنهاه عن الإثم ، ومطردة للداء عن الجسد" "*ثم قال النبى صلى الله عليه وسلم* : ألا أدلكم على أبواب الخير ؟ الصوم جُنه ، والصدقة تطفئ الخطيئة كما يطفئ الماء النار ، وصلاة الرجل فى جوف الليل" (رواه الترمذى) .

السؤال الخامس : هل أكثرت من قراءة القرآن فى رمضان ؟

يقول الله عز وجل: ﴿ شَهْرُ رَمَضَانَ الَّذِي أُنزِلَ فِيهِ القُرْآنُ هُدًى لِّلنَّاسِ وَبَيِّنَاتٍ مِّنَ الهُدَى وَالْفُرْقَانِ ﴾ [البقرة : 185] .

ويقول الرسول صلى الله عليه وسلم: " الصيام والقرآن يشفعان للعبد يوم القيامة يقول الصيام : أى رب منعته الطعام والشهوة فشفعنى فيه ، ويقول القرآن : منعته النوم بالليل فشفعنى فيه ، قال فيشفعان" (رواه أحمد) .

السؤال السادس : هل التزمت بآداب الصائمين فى رمضان ؟

يقول الله تبارك وتعالى فى وصف المؤمنين : ﴿ وَالَّذِينَ لاَ يَشْهَدُونَ الزُّورَ وَإِذَا مَرُّوا بِاللَّغْوِ مَرُّوا كِرَامًا ﴾ [الفرقان : 72]

ويقول الرسول صلى الله عليه وسلم: " إذا كان يوم صوم أحدكم فلا يرفث ولا يصخب ، فإن سابّه أحد أو قاتله فليقل إنى صائم" (متفق عليه) ، *وقال ﷺ :* " من لم يدع قول الزور والعمل به فليس لله حاجة فى أن يدع طعامه وشرابه" (متفق عليه) .

السؤال السابع : هل اجتهدت فى الدعاء وأنت صائم ؟

يقول الله تبارك وتعالى فى وسط آيات الصوم : ﴿ وَإِذَا سَأَلَكَ عِبَادِي عَنِّي فَإِنِّي قَرِيبٌ أُجِيبُ دَعْوَةَ الدَّاعِ إِذَا دَعَانِ فَلْيَسْتَجِيبُوا لِي وَلْيُؤْمِنُوا بِي لَعَلَّهُم يَرْشُدُونَ ﴾ [البقرة :186] .

ويقول الرسول صلى الله عليه وسلم: " ثلاث لا ترد دعوتهم : الصائم حين يفطر ، والإمام العادل ، ودعوة المظلوم يرفعها الله فوق الغمام وتفتح لها أبواب السماء ويقول الرب : و عزتى و جلالى لأنصرنك ولو بعد حين " (رواه الترمذى) .

السؤال الثامن : هل اتقيت الله فى مكسبك ومطعمك حتى يُستجاب لك ؟

يقول الله تبارك وتعالى فى وصف المؤمنين : ﴿ يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا كُلُوا مِن طَيِّبَاتِ مَا رَزَقْنَاكُمْ ﴾ [البقرة :173] ، ويقول سبحانه و تعالى : ﴿ يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا أَنفِقُوا مِن طَيِّبَاتِ مَا كَسَبْتُمْ ﴾ [البقرة :267] .

ويقول الرسول صلى الله عليه وسلم: " كل لحم نبت من حرام فالنار أولى به" (رواه الترمذى وحسنه) ، وسأل سعد بن أبى وقاص رسول الله صلى الله عليه وسلم كيف أكون مستجاب الدعوة ، قال رسول صلى الله عليه وسلم: " أطب مطعمك تكن مستجاب الدعوة " (رواه الطبرانى) .

السؤال التاسع : هل استغفرت الله وتبت توبه نصوحاً فى شهر الغفران ؟

يقول الله تبارك وتعالى فى وصف المؤمنين : ﴿وَمَا كَانَ اللَّهُ لِيُعَذِّبَهُمْ وَأَنْتَ فِيهِمْ وَمَا

كَانَ اللَّهُ مُعَذِّبَهُمْ وَهُمْ يَسْتَغْفِرُونَ﴾ [الأنفال : 33] ، ويقول سبحانه : ﴿ فَسَبِّحْ بِحَمْدِ رَبِّكَ وَاسْتَغْفِرْهُ إِنَّهُ كَانَ تَوَّاباً ﴾ [النصر :4] .

ويقول الرسول صلى الله عليه وسلم: " من قال أستغفر الله الذى لا إله إلاّ هو الحى القيوم وأتوب إليه غفرت ذنوبه وإن كان قد فرّ من الزحف " (رواه أبو داود) .

السؤال العاشر :هل تعاونت مع جيرانك وأقربائك وإخوانك على البر والتقوى فى رمضان ؟

يقول الله تبارك وتعالى : ﴿ وَتَعَاوَنُوا عَلَى البِرِّ وَالتَّقْوَى ﴾ [المائدة :2] ويقول الرسول صلى الله عليه وسلم: " هو شهر الصبر ،والصبر ثوابه الجنة ،وشهر المساواة ، وشهر يزاد فى رزق المؤمن ،من فطر فيه صائما كان مغفرة لذنوبه وعتق رقبته من النار وكان له مثل أجره من غير أن ينقص منه شئ ، قالوا يا رسول الله ، ليس كلنا يجد ما يفطر الصائم ، فقال صلى الله عليه وسلم :يعطى الله هذا الثواب لمن فطر صائما على تمرة ،أو شربة ماء أو مذقة لبن "(رواه البيهقى وابن خزيمه فى صحيحه ثم قال :صح الخبر)

السؤال الحادى عشر : هل نويت الاعتكاف فى العشر الأواخر من رمضان ؟

يقول الله تبارك وتعالى :﴿ وَلاَ تُبَاشِرُوهُنَّ وَأَنتُمْ عَاكِفُونَ فِي المَسَاجِدِ﴾ [البقرة :187] ، وقال سبحانه و تعالى:﴿ أَن طَهِّرَا بَيْتِيَ لِلطَّائِفِينَ وَالْعَاكِفِينَ وَالرُّكَّعِ السُّجُودِ﴾ [البقرة :125] و عن عائشة أم المؤمنين رضى الله عنها قالت : أن النبى صلى الله عليه وسلم كان يعتكف العشر الأواخر من رمضان حتى توفاه الله ثم اعتكف أزواجه من بعده (رواه البخارى ومسلم).

السؤال الثانى عشر : هل تحريت ليلة القدر وأتممتها فى الوتر من العشر الأواخر من رمضان ؟

يقول الله تبارك وتعالى :﴿ إِنَّا أَنزَلْنَاهُ فِي لَيْلَةِ القَدْرِ * وَمَا أَدْرَاكَ مَا لَيْلَةُ القَدْرِ * لَيْلَةُ القَدْرِ خَيْرٌ مِّنْ أَلْفِ شَهْرٍ ﴾ [القدر :1-3] ، ويقول سبحانه : ﴿ إِنَّا أَنزَلْنَاهُ فِي لَيْلَةٍ مُّبَارَكَةٍ ﴾ [الدخان :3] ، ويقول الرسول ﷺ :" تحروا ليلة القدر فى الوترمن العشر الأواخر من رمضان" ،(رواه البخارى) ، ويقول صلى الله عليه و سلم:" من قام ليلة القدر إيماناً واحتساباً غفر له ما تقدم من ذنبه" (رواه البخارى) .

وعن عائشة رضى الله عنها قالت : يارسول الله أرأيت إن علمت أى ليلةٍ ليلةُ القدر ما أقول فيها ، قال ﷺ :" قولى اللهم إنك عفو تحب العفو فاعف عنى" ، (رواه الترمذى).

السؤال الثالث عشر : هل أكثرت من الصدقات فى رمضان ؟

يقول الله تبارك وتعالى فى وصف المتقين : ﴿ وَفِي أَمْوَالِهِمْ حَقٌّ لِّلسَّائِلِ وَالْمَحْرُومِ ﴾ [الذاريات : 19] ، ويقول ابن عباس رضى الله عنهما : " كان النبى ﷺ أجود الناس ، وكان أجود ما يكون فى رمضان حين يلقاه جبريل فيدارسه القرآن ، وكان جبريل يلقاه فى كل ليلة من رمضان فيدارسه القرآن ، كان رسول الله صلى الله عليه و سلم ، أجود بالخير من الريح المرسلة" (متفق عليه) .

السؤال الرابع عشر : هل أديت زكاة الفطر ؟

يقول الله تبارك وتعالى : ﴿ وَالَّذِينَ فِي أَمْوَالِهِمْ حَقٌّ مَّعْلُومٌ * لِلسَّائِلِ وَالْمَحْرُومِ ﴾ [المعارج : 24-25] ويقول تعالى : ﴿ خُذْ مِنْ أَمْوَالِهِمْ صَدَقَةً تُطَهِّرُهُمْ وَتُزَكِّيهِم بِهَا وَصَلِّ عَلَيْهِمْ إِنَّ صَلَوٰتَكَ سَكَنٌ لَّهُمْ ﴾ [التوبة : 103] .

ويقول ابن عباس رضى الله عنهما : ﴿فرض رسول الله ﷺ زكاة الفطر طهرة للصائم من اللغو والرفث وطعمة للمساكين ﴾ (رواه أبو داود) .

ويقول ابن عمر رضى الله عنه ﴿ فرض رسول الله ﷺ زكاة الفطر من رمضان صاعاً من تمر أو صاعاً من شعير على كل حر أو عبد ذكر أو أنثى من المسلمين ﴾ (متفق عليه) .

و الحمد لله الذى بنعمته تتم الصالحات

الخلاصة

تعتبر المحاسبة الذاتية من أهم أساسيات التربية و التقويم إلى الأحسن ، و حتى تتحول إلى تطبيق عملى فى حياة المسلم ، يجب أن توضع فى صورة خطة و برنامج عملى ، يطلق عليه فى مجال العمل الدعوى " الورد " و يتمثل فى مجموعة من الأفعال و الأعمال و التصرفات التى يقوم بها المسلم و يسائل نفسه عنها و يقومها .

و لقد وضع الإمام حسن البنا ـ رحمه الله ـ ورداً للمحاسبة الذاتية اليومية ، يتضمن مجموعة من التساؤلات يوجهها الأخ المسلم إلى نفسه ، و ترجع هذه التساؤلات إلى أدلة من القرآن و السنة و أقوال العلماء و الفقهاء .

و على منوال الورد الذى وضعه الإمام البنا ، فقد صممنا بعض الأوراد اليومية و الأسبوعية و الشهرية ، و السنوية ، و مرفق بها بيان بالتقويم الذاتى ، و لقد أعطينا درجات لكل عمل يقوم به الأخ المسلم حتى يستطيع في اليوم او الأسبوع أو الشهر أو السنة حساب مقدار الدرجات الفعلية ليقارنها بالدرجات العليا و يقارن ذلك بالماضى ليعرف إلى أى مدى يتقدم في طريق القرب إلى الله و المواظبة على العبادات و الأعمال الصالحات .

و النماذج المقترحة مرنة ، يمكن التعديل فيها من حيث الأعمال و الأفعال أو من حيث الدرجات و تعتبر نموذجاً عملياً للتربية و الدعوة إلى الله سبحانه و تعالى .

و من ناحية أخرى فهى متعددة ، فمن لم يستطع القيام بالمحاسبة الذاتية اليومية ، يمكن القيام بالمحاسبة الذاتية الأسبوعية ، و هكذا ، و يجب على أولياء الأمور أن يتابعوا أولادهم على الالتزام بهذه الأوراد منذ الصغر مع التبسيط ، كما يجب على رجال الدعوة أن يتابعوا من يتعهدون بدعوتهم و تربيتهم بالالتزام بهذه الأوراد أو بعضها .

فهرس المحتويات

تابع / فهرست المحتويات